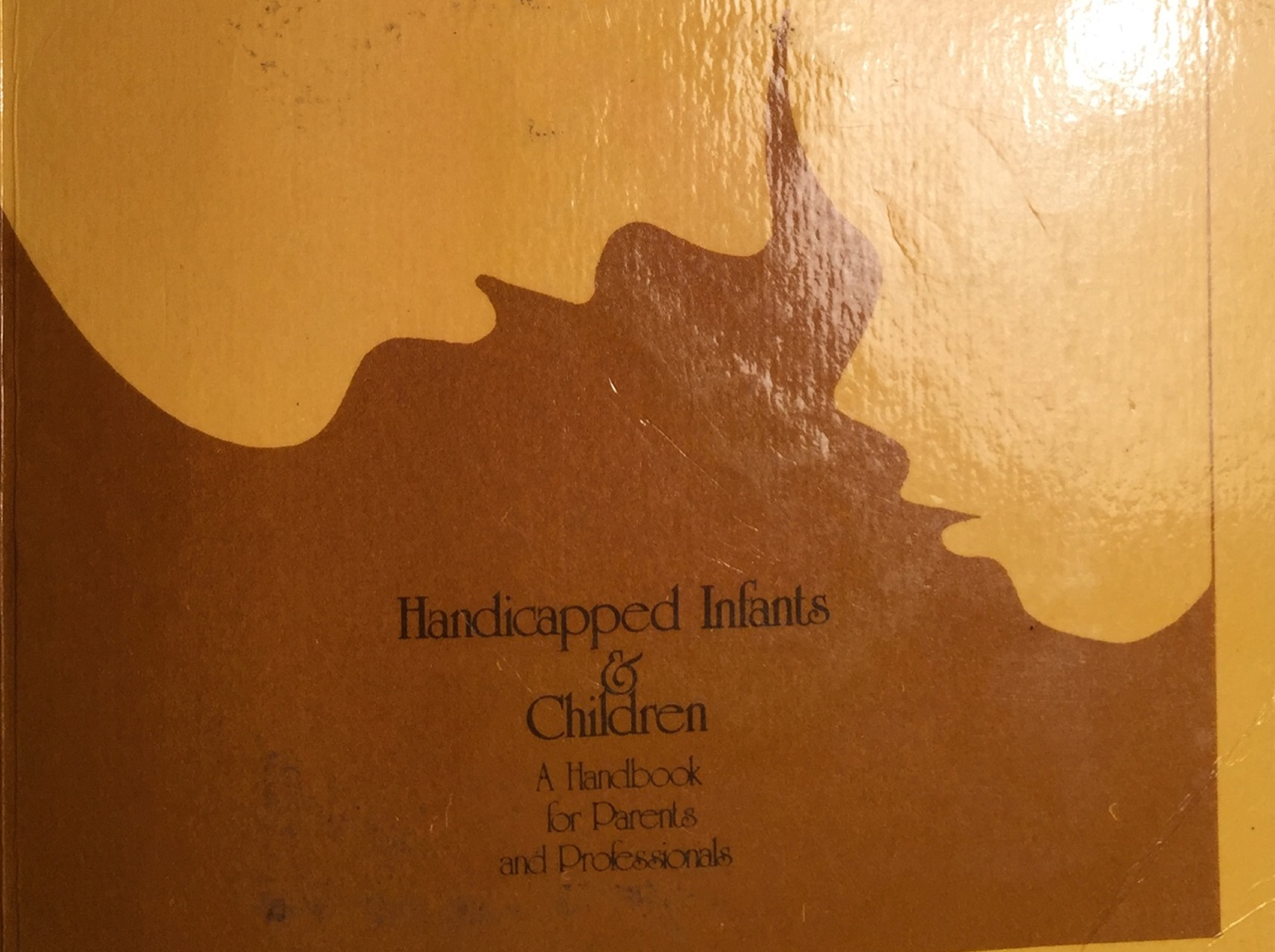
Кэрол Тингей-Михаэлис

74.9
Т42

ДЕТИ С НЕДОСТАТКАМИ РАЗВИТИЯ

Книга в помощь родителям



Handicapped Infants & Children

A Handbook for Parents and Professionals

Кэрол Тингей-Михаэлис

ДЕТИ С НЕДОСТАТКАМИ РАЗВИТИЯ: КНИГА В ПОМОЩЬ РОДИТЕЛЯМ

Carol Tingey-Michaelis

HANDICAPPED INFANTS AND CHILDREN. A HANDBOOK FOR PARENTS AND PROFESSIONALS

HANDICAPPED INFANTS AHD CHILDREN

A Handbook for Parents and Professionals

BY CAROL TINGEY-MICHAELIS

76738-1

ПОГАШЕНО

ЦРБ АБ
ЦЕНТРАЛИЗОВАННАЯ БИБЛИОТЕЧНАЯ СИСТЕМА
Севастопольского района
г. Москвы

University Park Press, Baltimore, 1983

Кэрол Тингей-Михаэлис

ДЕТИ с недостатками развития

Книга в помощь родителям

Москва
«Педагогика»
1988

98
14

74.9

ББК 74.3+74.9
Т42

Рекомендовано бюро Отделения психологии и возрастной физиологии АПН СССР

Рецензенты:
доктор медицинских наук *Е. М. Мастюкова*,
кандидат педагогических наук *Б. Д. Корсунская*

Консультирование русского издания книги осуществляли сотрудники НИИ дефектологии АПН СССР *Е. М. Мастюкова, Н. П. Павлова, Л. И. Солнцева, С. М. Хорош, М. В. Ипполитова*

Научное редактирование, предисловие к русскому переводу члена-корреспондента АПН СССР, доктора медицинских наук *Д. В. Колесова*

Тингей-Михаэлис К.
Т 42 Дети с недостатками развития: Книга в помощь родителям: Пер. с англ. / Под ред. Д. В. Колесова. — М.: Педагогика, 1988. — 240 с.: ил.
65 коп.

Книга представляет собой домашнюю энциклопедию по уходу за детьми от рождения до 7 лет с физическими и умственными недостатками. Она поможет организовать жизнь в семье таким образом, чтобы недостаток ребенка по возможности меньше сказывался на его развитии. В ней родители найдут советы, как им определить, с какого рода проблемой они столкнулись; что надо делать, чтобы помочь ребенку; как организовать общение ребенка с ближайшим окружением; в каких случаях необходима консультация специалиста, в какое медицинское учреждение при этом обращаться. Простота изложения и доверительный тон позволят родителям воспользоваться этими советами с максимальной эффективностью.
Для родителей.

Т $\frac{4311000000-090}{005(01)-88}$ 77-88

ББК 74.3+74.9

ISBN 5-7155-0193-8

© 1983 by University Park Press
© Русский перевод, предисловие и комментарии, «Педагогика», 1988

Содержание

Предисловие редактора русского перевода 5
Предисловие Дж. А. Мадсена 8
Введение 11
Как пользоваться этой книгой 17

I. ВЫ ОБЕСПОКОЕНЫ ВЕЩАМИ, КОТОРЫЕ МОГУТ ПОДОРВАТЬ ЗДОРОВЬЕ ВАШЕГО МАЛЫША 18

1. Некоторые дети на короткое время теряют сознание, иногда это называется конвульсией или припадком —
2. Некоторые дети начинают беспричинно трястись, бьются головой или кусают самих себя, иногда эти навязчивые движения обозначаются как самостимуляция 20
3. Некоторые дети испытывают трудности с пищеварением и стулом 23
4. У малыша иногда возникает приступ удушья 26
5. Некоторые малыши кажутся болезненными детьми 28
6. Некоторые малыши легко утомляются 32
7. Некоторые малыши страдают от заболеваний глаз 37
8. Некоторые малыши страдают от заболеваний ушей 39
9. Какие еще связанные со здоровьем ребенка вопросы могут Вас волновать 41

II. ЕСЛИ ВАС БЕСПОКОИТ, ЧТО И КАК ВАШ РЕБЕНОК ЕСТ 43

1. У некоторых малышей сосание и глотание вызывают затруднения 44
2. Некоторым детям трудно сидеть во время еды 50
3. Некоторые малыши испытывают трудности в обращении с ложкой 52

4. Некоторые малыши плохо едят, если их кормит не мать, а кто-то другой 55
5. Некоторые дети не усваивают определенные виды пищи 57
6. Обезвоживание 63
7. Если Ваш ребенок должен принимать лекарство 64

III. ВАС МОГУТ БЕСПОКОИТЬ НЕКОТОРЫЕ ОСОБЕННОСТИ СНА МАЛЫША 66

1. Если малыш плохо засыпает, родители иногда берут его в свою постель 68
2. Некоторым малышам очень трудно наладить режим сна 69
3. Некоторые малыши с трудом засыпают 71
4. Некоторые родители начинают волноваться, когда их малыш спит или слишком часто, или чересчур долго 73

IV. ВАС МОГУТ БЕСПОКОИТЬ ОСОБЕННОСТИ РАЗВИТИЯ МАЛЫША, СВЯЗАННЫЕ С ЕГО УМЕНИЕМ УПРАВЛЯТЬ СВОИМ ТЕЛОМ 76

1. Некоторые малыши апатичны и мало двигаются —
2. У некоторых малышей мышцы настолько напряжены, что конечности ребенка не могут сгибаться в суставах 79
3. У некоторых малышей мышцы то чересчур расслабляются, то перенапрягаются 90
4. Когда Вашему ребенку трудно обслуживать себя, Вы, естественно, стремитесь все делать за него сами 92
5. Некоторые малыши беспрестанно двигаются 98
6. Некоторые малыши плохо управляют своим телом 102
7. Иногда руки и ноги малыша плохо двигаются 110
8. Некоторые малыши не любят, чтобы их брали на руки или дотрагивались до них 116

V. ВАС МОГУТ ТРЕВОЖИТЬ ПРОБЛЕМЫ ОБЩЕНИЯ ВАШЕГО РЕБЕНКА С ДРУГИМИ ЛЮДЬМИ 120

1. Некоторые малыши не любят, когда им приходится контактировать с посторонними людьми —
2. Некоторые малыши чувствуют себя неуютно, когда рядом с ними нет мамы 124

3. Малыши с недостатками развития, так же как и любые другие дети, попадают в разные опасные ситуации 128
4. Некоторые малыши с недостатками развития производят впечатление детей, не любящих играть с игрушками 133
5. Некоторые малыши не умеют общаться с другими детьми 148
6. Иногда малыши с недостатками развития стремятся командовать родителями 152

VI. ДЕТИ С НЕДОСТАТКАМИ В РАЗВИТИИ ИСПЫТЫВАЮТ ЗНАЧИТЕЛЬНЫЕ ТРУДНОСТИ ПРИ ОВЛАДЕНИИ РЕЧЬЮ 156

1. Трудности в освоении речи у ребенка с недостатками развития могут быть вызваны следующими причинами —
2. Малыши учатся произносить звуки, когда видят и слышат, как это делают окружающие 164
3. Некоторые малыши с недостатками развития не в состоянии научиться произносить звуки и слова 165
4. Ваш малыш может не отвечать ни улыбкой, ни радостным лепетом, когда к нему обращаются незнакомые люди 170

VII. ЗА НЕКОТОРЫМИ МАЛЫШАМИ ОЧЕНЬ ТРУДНО УХАЖИВАТЬ 171

1. Некоторых малышей трудно умывать и купать —
2. Некоторые малыши с трудом приучаются ходить на горшок 175
3. Некоторых малышей очень трудно одевать 183
4. Некоторые малыши пользуются вещами не так, как это делают другие дети 186

VIII. ЗАБОЛЕВАНИЯ 189

1. Если у Вашего малыша аллергия 190
2. Если у малыша болезнь Дауна 191
3. Если у малыша врожденные уродства 193
4. Если у малыша врожденный вывих бедра 194
5. Если малыш страдает гемофилией 195
6. Если у малыша гидроцефалия 196
7. Если у Вашего малыша диабет 197
8. Если у малыша задержка психического развития 198
9. Если у Вашего малыша нарушено зрение 199

10. Если у малыша не в порядке зубы и полость рта 201
11. Если у Вашего малыша миеломенингоцеле, менингоцеле или раздвоение дужек позвонка (spina bifida) 203
12. Если у Вашего малыша микроцефалия 204
13. Если у Вашего малыша поврежден мозг 205
14. Если у Вашего малыша муковисцидоз 206
15. Если у Вашего малыша мышечная дистрофия 207
16. Если у Вашего малыша osteogenesis imperfecta, или неполноценное формирование костей 209
17. Если у Вашего малыша бывают приступы общего мышечного напряжения 210
18. Если у малыша заболевание сердца 211
19. Если у Вашего малыша сколиоз 212
20. Если у Вашего малыша нарушен слух 213
21. Если у Вашего малыша фенилкетонурия или какие-либо другие нарушения обмена веществ 216
22. Если у Вашего малыша церебральный паралич 217
23. Если у малыша заболевание щитовидной железы 218
24. Если у малыша эпилепсия и припадки 219
Приложение. Карта навыков 223
Предметный указатель 226

Предисловие редактора русского перевода

Хороших книг по уходу за детьми, и тем более с недостатками развития, мало. Книга К. Тингей-Михаэлис «Дети с недостатками развития» была выбрана для перевода не случайно. Можно отметить по крайней мере три ее достоинства.

Во-первых, в книге много полезных сведений для родителей детей с теми или иными дефектами умственного или физического характера, затрудняющими нормальное развитие. Во-вторых, автор проявляет заботу не только о таких детях, но и об их родителях, давая им немало полезных советов, следование которым может улучшить их психическое состояние, придать им столь необходимые бодрость и оптимизм. Естественно, что хорошее настроение родителей, их уверенность в своих силах самым благоприятным образом сказываются и на качестве ухода за детьми, поскольку ребенок и его родители составляют единую динамическую систему, взаимодействующую с окружающими людьми и противостоящую неблагоприятным внешним обстоятельствам. Ослабление любого из компонентов этой системы приводит к ослаблению ее жизнестойкости. В-третьих, будучи проникнута подлинной гуманностью, книга отличается и здоровым рационализмом, столь полезным в данном случае. Свойственное многим родителям стремление к самопожертвованию ради счастья и благополучия детей естественно для нравственно развитого человека. Но оно не должно быть бестолковым. Здесь, как и в других случаях максимального проявления черт человеческой природы, чрезвычайно важно найти разумный способ их приложения — с пользой для дела, поскольку возвышенные качества ценны не только и не столько сами по себе, сколько как способ достижения особо значимых результатов.

Книга написана очень простым и доступным любому человеку, овладевшему грамотой, языком и являет собой пример популярного руководства — популярного как в смысле доступности, так и в смысле читательского признания.

Терпение и настойчивость, стимулируемые любовью к ребенку и подкрепленные научными знаниями, могут в значительной степени сгладить последствия той или иной ошибки природы и способствовать реализации права каждого человеческого существа на свою долю счастья и благополучия. Многолетние упорные усилия родителей детей с недостатками развития по исправлению или компенсации последствий того или иного дефекта помимо своего непосредственного результата — улучшения состояния ребенка — имеют и еще один социально ценный результат — реализацию нравственного идеала гуманизма, подлинно человеческого начала в человеке, который, в отличие от животных, не стремится к «выбраковыванию» из популяции менее удачливых, слабых особей, а стремится поднять их до общего уровня, каких бы усилий это ни требовало.

Книга, разумеется, не охватывает всех проблем, возникающих при уходе за проблемными детьми, — автору лучше удалось изложение собственно психологических и психоневрологических вопросов, в меньшей степени — педиатрических. Однако не следует считать это существенным недостатком, поскольку педиатрический уход за проблемными детьми существенно не отличается от ухода за обычными детьми и советы по этим разделам родители могут почерпнуть из обычных книг по уходу.

Книга достойно служит своему назначению и в этом качестве вполне может быть рекомендована широкому читателю. Ее с пользой прочтут не только родители детей с недостатками развития, но и многие другие. Благодаря этой книге они лучше поймут проблемы своих знакомых и друзей, растящих таких детей, а следовательно, и смогут более правильно строить свои отношения с ними. Родители же детей с недостатками развития увидят, что они не одиноки в своих трудностях

и, быть может, увидят также, что их проблемы еще не самые сложные из всех существующих.

В тексте книги с согласия автора нами сделаны некоторые уточнения и дополнения с учетом опыта отечественной педиатрии и дефектологии, а также условий ухода за проблемными детьми в нашей стране.

Д. В. Колесов

В качестве дополнительной литературы, которую можно порекомендовать родителям детей с недостатками развития, следует назвать следующие работы советских специалистов:

1. Воспитание слабовидящего ребенка в семье: Пособие для родителей. Москва: ВОС, 1986.

2. *Л. И. Солнцева, С. М. Хорош.* Советы родителям по воспитанию слепых детей раннего возраста (0—3 года). Москва: ВОС, 1983.

3. *С. М. Хорош.* Игрушка и ее роль в воспитании слепого дошкольника. Москва: ВОС, 1983.

4. *Р. М. Боскис.* Учителю о детях с нарушениями слуха. Москва: Просвещение, 1988.

5. *Р. Д. Бабенкова, М. В. Ипполитова, Е. М. Мастюкова.* Воспитание детей с церебральным параличом в семье. Москва: Просвещение, 1981.

6. *Л. Т. Журба, Е. М. Мастюкова.* Нарушение психомоторного развития детей первого года жизни. Москва: Медицина, 1981.

7. *Е. М. Мастюкова, М. В. Ипполитова.* Нарушение речи у детей с церебральным параличом. Москва: Просвещение, 1985.

8. *А. Д. Салахова.* Развитие звуковой стороны речи ребенка. Москва: Педагогика, 1973.

9. *О. П. Гаврилушкина, Н. Д. Соколова.* Воспитание и обучение умственно отсталых дошкольников: Книга для воспитателей. Москва: Просвещение, 1985.

Предисловие Дж. А. Мадсена

Книга доктора психологии К. Тингей-Михаэлис рассказывает о повседневном домашнем уходе за детьми с различного рода нарушениями в развитии. По своему подходу книга эта совершенно уникальна. Ее автор раскрывает те проблемы, с которыми обычно сталкиваются родители, растящие детей с теми или иными отклонениями в развитии. Эти проблемы обсуждаются автором книги в доступной форме доверительной беседы, в которой не только даются советы, что надо делать в той или иной ситуации, но и описываются случаи, когда необходимо обращаться за помощью к лечащему врачу или к соответствующему специалисту.

Разбираемые в этой книге проблемы связаны с различного рода заболеваниями и затруднениями в освоении навыков самообслуживания и повседневного поведения.

Чтобы помочь родителям выработать программу по воспитанию своего ребенка, в книге говорится, какого рода информация для этого потребуется: выписка из истории болезни или записи о перенесенных заболеваниях, о сделанных прививках, об особенностях приема пищи, о типах аллергии, о постоянно употребляемых лекарствах, о специфике припадков (если, конечно, таковые имеются). Все эти данные упорядочиваются таким образом*, что ими легко может воспользоваться осматривающий ребенка врач. Если родители ведут свои записи регулярно и дополняют их по мере необходимости новыми данными, они смогут избежать ненужного дублирования своих действий и излишних огорчений.

---

* Образцы того, как вести подобные записи, читатель найдет в книге на с. 15, 42, 58 и в приложении на с. 223.

Коротко говоря, доктор психологии К. Тингей-Михаэлис создала своеобразную энциклопедию для родителей, чьи дети имеют нарушения в развитии. Врачам и другим специалистам, заботящимся о здоровье ребенка и о его развитии, эта книга также пригодится, поскольку они найдут в ней описание круга проблем, с которыми сталкиваются родители, а ее многочисленные рекомендации и общая направленность могут быть использованы в их повседневной практике.

Автор этой книги как-то сказала мне, что она стремилась сделать книгу такую же информативную и практичную, как книга доктора Б. Спока* для родителей нормально развивающихся детей. Я думаю, что ей удалось сделать нечто большее, чем достигнуть поставленной цели. Компактность обсуждения и необычная организация материала делают предлагаемую вниманию читателя книгу во многих отношениях гораздо более ценным пособием и справочником для родителей, чем большинство руководств такого рода.

Пронизывающее эту книгу сочувствие исходит от человека, чей жизненный опыт как нельзя лучше подходит для работы с детьми, развитие которых в чем-то нарушено. Проф. К. Тингей-Михаэлис читает в университете курс педагогической психологии и защитила диссертацию по возрастной психолингвистике. Последовавшая после защиты работа была связана с проблемами трудо- и физиотерапии, а также с разработкой программ подготовки учителей для специальных школ, эта работа пополнила ее жизненный опыт общими сведениями, необходимыми для написания такой книги. Хотя интересы и профессиональная подготовка автора всегда были направлены на помощь людям, страдающим от тех или иных дефектов, эта направленность еще более усилилась после рождения у нее сына Джима, страдавшего болезнью Дауна. Воспитание Джима, трех его братьев и сестры, нацеленное на то, чтобы они выросли деятельными и полезными членами общества, стало в то время для нее основным делом. Работа над диссертацией и последующая преподавательская деятельность в университете начались уже после того, как дети подросли. Вот почему данная книга является для автора скорее

* *Б. Спок.* Ребенок и уход за ним / Пер. с англ. Москва: Медицина, 1970.

исходной, чем кульминационной точкой. Будущие профессиональные достижения Кэрол Тингей-Михаэлис, несомненно, также будут полезны не только для ее коллег, но и для родителей, чьи дети имеют отклонения в развитии и которых К. Тингей-Михаэлис никогда не уставала любить.

Вклад книги доктора психологии К. Тингей-Михаэлис в литературу о домашнем уходе за детьми с нарушениями развития определяется, прежде всего, заботой о родителях этих детей, сочетающейся с глубоким пониманием их повседневных тревог и тягот. Когда груз связанных с ребенком проблем оказывается чрезмерным, родители нуждаются в эмоциональной поддержке, но они также нуждаются в точных и подробных сведениях о том, что требуется их ребенку. Эта книга является своего рода родительским надежным «тылом». И написать предисловие к ней я считаю большой честью для себя.

Я уверен, что все, кто будет пользоваться этой книгой, — родители, работники здравоохранения и патронажной службы, воспитатели и психологи, работающие с детьми с нарушениями развития, — очень скоро убедятся в ее ценности и значимости для решения повседневных проблем и в профессиональной деятельности. Они, как и я, начнут читать и будут впитывать идеи этой книги почти автоматически и не замедлят посоветовать познакомиться с ней обращающимся к ним за помощью людям.

Джек А. Мадсен, доктор медицины,
профессор отделений неврологии и педиатрии
медицинского колледжа университета
штата Юта, Солт Лейк Сити, Юта;
директор неврологической службы центра
по подготовке врачей
штата Юта, Амэрикэн Форк, Юта.

Введение

ЕСЛИ ВАШ РЕБЕНОК РОДИЛСЯ НЕ ТАКИМ, КАК ДРУГИЕ, ВАС, ПО-ВИДИМОМУ, БУДЕТ ТРЕВОЖИТЬ БОЛЬШЕ ПРОБЛЕМ, ЧЕМ РОДИТЕЛЕЙ ОБЫЧНЫХ ДЕТЕЙ.

Во-первых, Вас могут тревожить проблемы по поводу Вас самих:

Не связаны ли отклонения в здоровье моего ребенка с какими-то моими действиями?

Не связаны ли эти отклонения с тем, что я чего-то не сделала?

Могу ли я сама что-либо сделать или найти кого-то, кто сможет уменьшить или снять эти отклонения?

Каким образом мне удастся совместить уход за малышом со всеми остальными вещами, которые я должна или которые я хотела бы делать?

Если я захочу родить еще одного ребенка, не возникнут ли и у него отклонения в здоровье?

Во-вторых, Вас могут тревожить проблемы, связанные с Вашим ребенком:

Каким вырастет мое дитя?

Как нужно ухаживать за ним?

Нет ничего необычного в том, что Вас тревожат эти проблемы.

И других родителей, чьи дети имеют недостатки в развитии, мучат те же вопросы, а фактически эти вопросы в какой-то мере беспокоят всех родителей.

ПОИСК ОТВЕТОВ.

На многие из вопросов, которые тревожат родителей детей с недостатками развития, нет исчерпывающего ответа.

Вашему малышу может требоваться нечто такое, чего никто еще не знает. Иногда проходит достаточно много времени прежде, чем удается найти это нечто, что может помочь Вашему малышу, но если Вы теряете надежду и устали, то позвольте себе отдохнуть и отвлекитесь от своих поисков.

КТО ЖЕ ВАМ МОЖЕТ ПОМОЧЬ?

Врачи помогут Вам научиться тому, что надо делать для поддержания здоровья малыша.

Дефектологи помогут Вам понять, как следует заботиться об умственном развитии малыша.

Патронажные сестры помогут Вам научиться физическому уходу за малышом.

Физиотерапевты и логопеды познакомят Вас с тем, как научить малыша двигаться и говорить.

НА ВСЕ ВАШИ ВОПРОСЫ НЕ СМОЖЕТ ОТВЕТИТЬ НИ ОДИН ИЗ НИХ.

НО ВСЕ ВМЕСТЕ ОНИ ПОМОГУТ ВАМ НАЙТИ ОТВЕТЫ НА НЕКОТОРЫЕ ИЗ ВОПРОСОВ.

ВЫ, И ТОЛЬКО ВЫ, СУМЕЕТЕ ПОМОЧЬ СВОЕМУ МАЛЫШУ В НАИБОЛЬШЕЙ СТЕПЕНИ.

Вы сможете сделать для него больше, чем кто-либо, поскольку проводите с ним времени больше, чем кто-либо.

Вы знаете его гораздо лучше, чем кто-то еще.

Ваш малыш растет, и то, чему он научится, зависит от повседневных мелочей.

Именно Вы тот человек, который принимает решения об этих повседневных мелочах.

ПРИНЯТИЕ РЕШЕНИЙ.

Понять, в каких случаях ребенок с недостатками развития нуждается в особом обращении, а в каких случаях с ним следует обращаться так же, как и с обычными детьми, бывает нелегко.

Иногда из-за того, что специалисты, консультирующие Вас, обучались по-разному, одни советуют одно, а другие — другое.

При этом дедушки и бабушки могут советовать нечто третье.

И БЫВАЕТ КРАЙНЕ ТРУДНО ПОНЯТЬ, ЧЬЕМУ СОВЕТУ ПОСЛЕДОВАТЬ.

Но только Вы можете решить, кто из советующих Вам людей наиболее опытен в обращении с детьми, имеющими недостатки в развитии, и как поступать Вам самим. Чем быстрее Вы освоитесь с принятием таких повседневных решений, тем реже Вы станете тревожиться.

ЭТА КНИГА НАПИСАНА ДЛЯ ТОГО, ЧТОБЫ ПОМОЧЬ ВАМ ПРИНИМАТЬ ТАКИЕ РЕШЕНИЯ. РЕШАЙТЕСЬ ТАКЖЕ ВРЕМЯ ОТ ВРЕМЕНИ ДАВАТЬ СЕБЕ ПЕРЕДЫШКУ.

Хотя Вы, возможно, и не захотите, чтобы кто-то еще брал на себя Ваши заботы, однако иногда совсем неплохо, когда кто-нибудь из окружающих позаботится о Вашем малыше, а Вы немного отдохнете, или займетесь другими детьми, или сделаете что-то по дому, или просто немного развлечетесь!

В НЕПРЕРЫВНОЙ ТРЕВОГЕ ЗА РЕБЕНКА НЕТ НИЧЕГО ХОРОШЕГО НИ ДЛЯ НЕГО, НИ ДЛЯ ВАС.

Постарайтесь выбрать из окружающих Вас людей того, кто сумеет позаботиться о Вашем малыше, и познакомьте этого человека с распорядком дня Вашего ребенка, покажите, где лежат его вещи, а затем на какое-то время доверьте своего ребенка попечению этого человека.

Оставляя своего малыша, постарайтесь отвлечься от связанных с ним проблем и чем-нибудь порадовать себя.

ЕСЛИ ВЫ БУДЕТЕ ВРЕМЯ ОТ ВРЕМЕНИ ОСТАВЛЯТЬ СВОЕГО РЕБЕНКА НА ПОПЕЧЕНИЕ ДРУГОГО ЛИЦА, ТО СУМЕЕТЕ ЛУЧШЕ ПОЗАБОТИТЬСЯ О НЕМ, КОГДА ВНОВЬ ОКАЖЕТЕСЬ ВМЕСТЕ С НИМ.

КАК ПОМОЧЬ МАЛЫШУ СОХРАНЯТЬ СВОЕ ЗДОРОВЬЕ.

В здоровом состоянии мы не болеем и не страдаем

от боли. Здоровому человеку по сравнению с тем, кому нездоровится, доставляет удовольствие большее число вещей. Это касается не только Вашего малыша, но и Вас самих.

Не забывайте отдохнуть, поесть и время от времени отвлечься от своих проблем, и Вы сможете получить удовольствие, ухаживая за своим малышом, играя и разговаривая с ним.

Вы не сможете позаботиться о здоровье своего ребенка, если будете пренебрегать собственным здоровьем.

ДЛЯ ПОДДЕРЖАНИЯ ЗДОРОВЬЯ МАЛЫША ВАМ НЕОБХОДИМО:

1. Регулярно показывать его лечащему или наблюдающему врачу.
2. Соблюдать его диету, следить за его весом, давать ему, как и всем детям, витамины.
3. Проследить, чтобы ему сделали все те прививки, которые обычно делают детям. (Относительно показаний к прививкам и времени их проведения проконсультируйтесь с лечащим врачом.)
4. Понять, в чем он нуждается, и научиться удовлетворять его потребности. Ухаживая за малышом, ведите себя спокойно и непринужденно, так, как если бы Ваш малыш ничем не отличался от других детей.

ЕСЛИ ВАШ РЕБЕНОК ИМЕЕТ НЕДОСТАТКИ В РАЗВИТИИ, ТО КОНТАКТ С ЛЕЧАЩИМ ИЛИ НАБЛЮДАЮЩИМ ВРАЧОМ СТАНОВИТСЯ ОСОБО ВАЖНЫМ.

Одни врачи ребенку с недостатками развития уделяют больше внимания, другие — меньше.

Но предпочтительнее, чтобы врач ни у ребенка, ни у Вас не вызывал чувства дискомфорта.

Чтобы врач мог быть полезным для Вас, ему необходимо хорошо знать Вас и Вашего ребенка и он должен быть заинтересован в улучшении состояния малыша.

ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ ВИЗИТЫ К ВРАЧУ МОГУТ УТОМЛЯТЬ.

Это связано не только с трудностями организационного порядка — приходится оставлять дом и добираться до лечебного учреждения, но и с необходимостью

держать в памяти все те вещи, которые Вы собираетесь обсудить с врачом.

Может быть, Вам следует в специальной тетрадке вести записи о своем малыше.

В ней Вы можете также записывать возникающие у Вас вопросы к врачу, а посещая его, брать тетрадку с собой, чтобы ничего не забыть.

Вам лучше сразу же записать в эту тетрадку ответы врача.

Даже если при Вашем посещении врач ответит на все вопросы, Вам вряд ли удастся точно запомнить всё, что скажет врач, поэтому лучше его ответы и советы сразу же записать.

ОСМОТР РЕБЕНКА ВРАЧОМ — ЭТО СВОЕОБРАЗНОЕ ИСПЫТАНИЕ.

Конечно, Вы хотели бы знать всё, что мучит Вашего ребенка, но подобная информация только усугубит Ваши проблемы или даже породит у Вас ощущение безысходности.

Некоторые родители бросаются от одного специалиста к другому, стараясь найти того, кто мог бы действительно помочь их ребенку.

Хотя стремление добиться какой-либо помощи никак не назовешь глупым, следует помнить, что хорошие специалисты следят за всем, что делается в их области знаний, и крайне маловероятно, что кто-то из них знает нечто такое, чего не знают другие.

Поскольку осмотр специалистом не связан у ребенка с радостными переживаниями, будет лучше, если посещение врача не совпадет с ситуациями, способными вызвать у малыша стресс. Например, не следует посещение врача совмещать с какими-либо неприятными для малыша процедурами.

Хотя мать может и уметь обращаться с ребенком без посторонней помощи, но вряд ли будет разумно с ее стороны посещать врача без сопровождающего.

Если отец малыша не может поехать с Вами, то среди окружающих Вас людей следует попросить сопровождать Вас к врачу того человека, в чьем обществе Вы хорошо себя чувствуете. Это может быть бабушка или дедушка малыша или же кто-нибудь из Ваших подруг.

Важно только, чтобы это не был человек, сам нуждающийся в опеке, поскольку ему придется помогать Вам и в какой-то мере он должен эмоционально поддерживать Вас.

Захватите с собой записную книжку, в которую запишите ответы врача на Ваши вопросы.

Когда Вы просите у врача, лечащего или наблюдающего ребенка, совета, помните, что ребенок — *Ваш* и повседневные решения принимаете Вы.

Как пользоваться этой книгой

Эта книга построена по типу словаря или энциклопедии, в которой описываются проблемы, возникающие у детей с недостатками развития и у их родителей. *Ни у одного ребенка не возникают эти проблемы все сразу,* и Вы, вероятно, не захотите читать о том, что не относится к Вашему ребенку. Более того, *такое чтение может вызвать состояние эмоциональной подавленности.*

Столкнувшись с определенной проблемой, Вы можете обратиться к соответствующему разделу. Все проблемы сгруппированы по следующим разделам: здоровье, питание, сон, двигательная активность, общение и взаимодействие с другими людьми, речь, навыки самообслуживания и, наконец, заболевания и специфические отклонения в состоянии здоровья. В каждом таком разделе обсуждаются частные проблемы, относящиеся к теме, обозначенной заголовком раздела. Если та или иная проблема связана с какой-либо проблемой из другого раздела, то в книге сделаны перекрестные ссылки. Если конкретная проблема Вашего малыша в разделах не описывается, то обратитесь к предметному указателю (с. 226—233) и попробуйте найти какую-либо близкую или сходную с Вашей проблему. Иногда знание того, как поступают в сходных случаях, может помочь Вам найти решение, как поступить в случае с Вашим ребенком.

Родители ребенка с недостатками в развитии временами чувствуют себя очень одиноко. В такие моменты они обычно нуждаются в помощи, но кроме сочувствия окружающие вряд ли что могут им дать. Но, может быть, после того как Вы слегка успокоитесь, Вам в чем-то поможет чтение этой книжки, ибо она содержит то, что сказали бы Вам другие родители и опытные специалисты, если бы они были рядом.

Вы обеспокоены вещами, которые могут подорвать здоровье Вашего малыша

1. Некоторые дети на короткое время теряют сознание, иногда это называется конвульсией или припадком

Некоторые дети вдруг начинают моргать, их взгляд блуждает в пространстве, и кажется, что они смотрят не на Вас, а сквозь Вас. Их тельце при этом деревенеет или же, напротив, обмякает. Иногда наблюдаются резкие непроизвольные движения или подергивания рук и ног.

Подобные приступы или конвульсии случаются со многими детьми. Если они бывают у Вашего ребенка, то врачу важно точно знать, что именно происходит с малышом в это время. Постарайтесь не терять присутствия духа и внимательно понаблюдайте за происходящим. Хотя конвульсии (резкие непроизвольные движения) могут быть очень сильными, у детей, как правило, они не приводят к серьезным ушибам или травмам. Конечно, если перед приступом малыш находится на ногах, то он может упасть и удариться головой, однако ушиб вызывает именно падение, а не конвульсивные движения. Поскольку время следующего приступа или конвульсий предугадать невозможно, Вам надо как можно внимательнее наблюдать за ходом приступа и затем подробно рассказать о случившемся врачу или медсестре. Неплохо при этом записать:

1. Что же конкретно происходило с малышом — моргание глаз, деревенела одна сторона тела или обе.

2. Как долго это продолжалось — 10 секунд, 20 секунд (засеките время).

3. Что делал ребенок, когда приступ прошел, — уснул, стал кричать, описался, начал улыбаться.

4. Как часто повторяются приступы — отмечайте в календаре день и час, когда они происходят.

Припадки, которые повторяются регулярно, могут оказаться эпилепсией.

Если во время припадка малыш синеет, если припадки продолжаются свыше 5 минут или за небольшой промежуток времени случаются много раз, немедленно вызывайте врача и скажите, что это срочно.

У одних детей припадки случаются редко, у других — очень часто, до сотни раз в день. Крайне важно установить причину припадков, попытайтесь сделать это сразу же, как только они обнаружились. Хотя в большинстве случаев припадки не имеют особой причины, устранив которую Вы устраните и их, однако иногда такая причина существует и ее необходимо искать. В большинстве случаев припадки лечатся ежедневным приемом лекарств. Если лекарства подобраны правильно, то они снимают или по крайней мере позволяют контролировать большую часть связанных с припадками проблем, не вызывая серьезных побочных эффектов. Постарайтесь проконсультироваться с детским невропатологом или *специалистом по эпилепсии*. Такой врач поможет Вам скорее всего (см. с. 219 и далее).

Если конвульсии сопровождаются у малыша жаром или рвотой, то их может вызывать заболевание, которое необходимо лечить. Но если конвульсии ничем не сопровождаются, то к малышу не следует относиться как к больному. После припадка или конвульсий он может испытывать усталость и нуждаться в отдыхе. Однако если ребенок не выглядит усталым, то лучше всего продолжать с ним занятия, которые были прерваны приступом.

Потеря сознания или конвульсии чаще случаются в тех случаях, когда ребенок недостаточно отдохнул, когда он голоден или чем-нибудь расстроен. Поэтому если у Вашего ребенка бывают приступы, то соблюдение режима питания и сна становится особенно важным.

2. Некоторые дети начинают беспричинно трястись, бьются головой или кусают самих себя, иногда эти навязчивые движения обозначаются как самостимуляция

Если навязчивые движения доходят у ребенка до нанесения себе серьезных ран и ушибов, то это уже называется членовредительством. Последнее можно предотвратить, если научиться правильно реагировать на появление навязчивых движений.

Для Вас важно знать, что, хотя подобные действия Вашего малыша нервируют Вас, тут нет Вашей вины. Ваш ребенок не стремится Вас наказать или вызвать у Вас чувство вины или дать Вам почувствовать, что Вы плохая мать. Он просто делает то, что вызывает у него приятные ощущения.

Вы не должны стыдиться поведения своего малыша и не обязаны объяснять это поведение друзьям, соседям или даже родственникам, если Вы не чувствуете, что они поймут Вас и смогут Вам помочь.

Иногда врачи рекомендуют одеть на руки ребенка что-то вроде специального чехла или же закрепить его локти так, чтобы он не мог ударить себя рукой по лицу. Самое главное — чтобы врач помог Вам понять, почему малыш стремится биться головой о предметы, ударять или царапать себя.

Движения приносят физическое удовлетворение. Раскачивание вызывает у некоторых малышей столь приятные ощущения, что они готовы этим заниматься достаточно долго. Некоторым малышам доставляет удовольствие ощущение от удара головой обо что-нибудь твердое, поэтому они стараются раскачиваться в таком месте, где их голова может ударяться о борт кроватки, о подголовник или обо что-то еще.

Одним малышам нравится смотреть на яркий источ-

ник света, сначала заслонив его рукой, а затем постепенно убирая свою руку.
Другие дети получают удовольствие от ощущения, возникающего при ударе по лицу или по любой другой части тела.

Третьим начинает нравиться ощущение, появляющееся, когда они трут глаза, и они даже могут бить себя по ним или пробовать залезть в них пальцами.
Четвертым малышам нравится ощущение, возникающее при раздражении половых органов, и они все время их трогают или трут.

Бывает также, что сосание и жевание вызывают у ребенка столь приятные ощущения, что он сосет и жует всё, что ни попадется. Нередко этим «что-то» оказываются его собственные пальцы, которые от постоянного сосания могут серьезно воспалиться. Вылечить их можно с помощью какой-либо мази, но Вам следует найти способ, чтобы рот малыша был занят жеванием и сосанием иных предметов, чем собственное тело. Врачи называют такой процесс оральной десензитизацией или возвращением рту обычной чувствительности. Десензитизация осуществляется осторожным, но при этом твердым надавливанием на губы и на поверхность полости рта.

Навязчивые движения появляются у детей из-за того, что соответствующее ощущение вызывает у них все *большее число движений.* Маленьких детей необходимо качать на колене, подбрасывать в воздух, переворачивать с боку на бок. Их тело должно ощущать касание гладких и шероховатых предметов. Им необходимо играть с песком и с водой. Им нужно учиться пользоваться пальцами и есть с помощью своих рук. Если у Вашего малыша есть какие-то недостатки в развитии, то возникает искушение оберегать его от возможных неприятностей. Но, не давая ребенка брать на руки, не позволяя играть с ним или делать что-то, от чего ребенок может испачкаться, Вы препятствуете его развитию.
Детский врач или работающий с малышами физиотерапевт могут научить Вас, как помочь ребенку привыкнуть к ощущениям, вызываемым разными движениями. В

этом случае не придется повторять одно и то же движение, поскольку он научится получать физическое удовлетворение от каких-то других движений.

Пронаблюдав за движениями Вашего малыша, врач может предложить Вам как раз те способы действий, которые помогут именно *Вашему* ребенку.

Если навязчивые движения у Вашего малыша столь сильны, что приводят к синякам, кровотечению или воспалению той или иной части тела, то помимо советов физиотерапевта о том, как научить малыша нужным ему движениям, Вам потребуется консультация психолога или дефектолога, чьи рекомендации помогут так организовать жизнь ребенка, чтобы исчезли нежелательные формы его поведения.

Причиной навязчивых движений может быть не только недостаточная двигательная активность, но и особенности функционирования центральной нервной системы. Сведения об этом Вы найдете в разделе «Проблемы движений», темы 4 (с. 91), 5 (с. 97), 7 (с. 109).

У малышей скорее появятся навязчивые движения, если они часто остаются одни (особенно если их оставляют в кроватке) и рядом с ними нет ни игрушек, ни взрослых, которые бы трогали ребенка руками и с ними разговаривали.

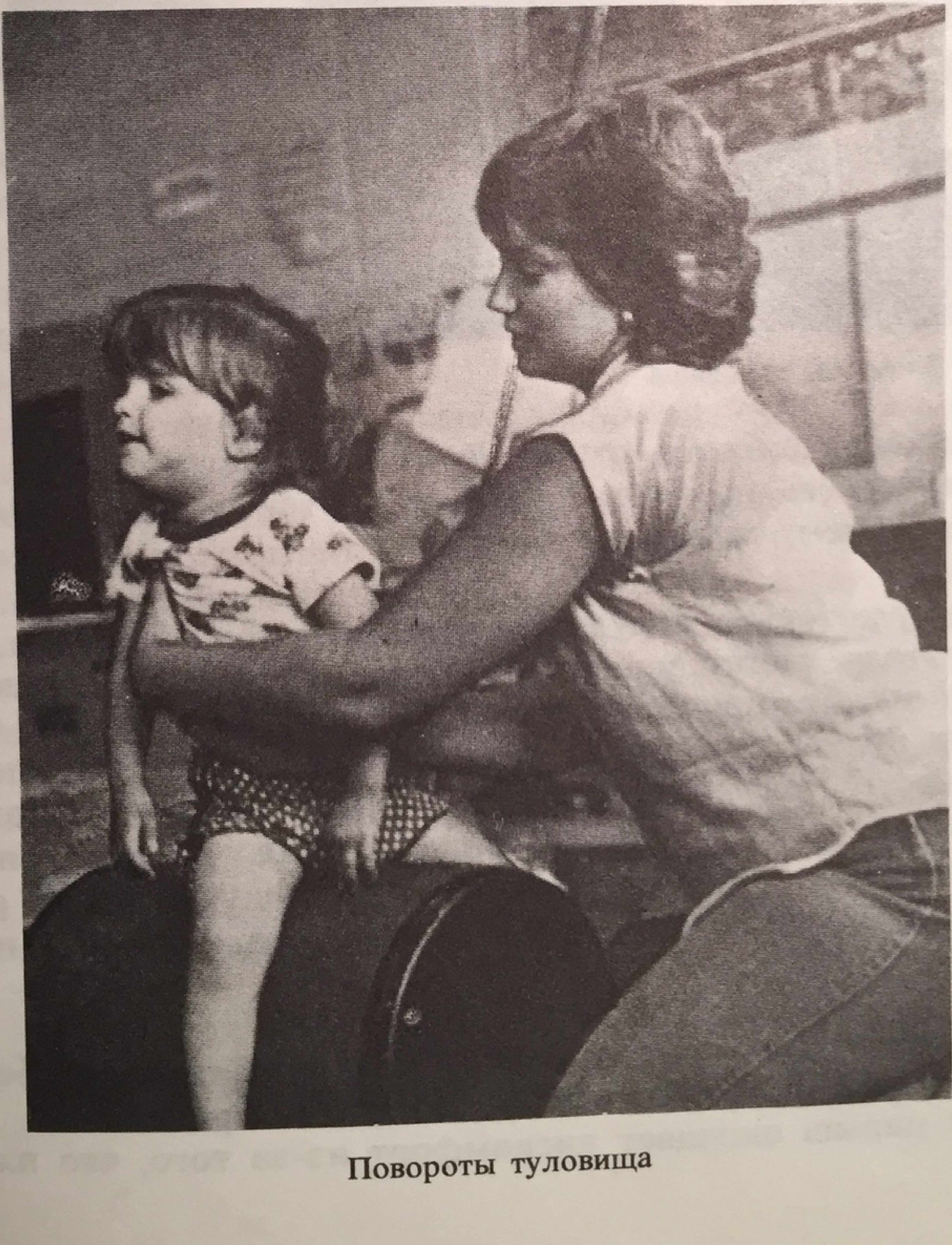
Врач лучше сумеет подобрать те средства, которые отвлекут Вашего ребенка от навязчивых движений, если Вы регулярно советуетесь с ним и выполняете все его рекомендации.

Вполне возможно, что занятия с малышом различными движениями заберут у Вас много времени и Вам потребуется чья-то помощь в ведении хозяйства и в уходе за другими детьми.

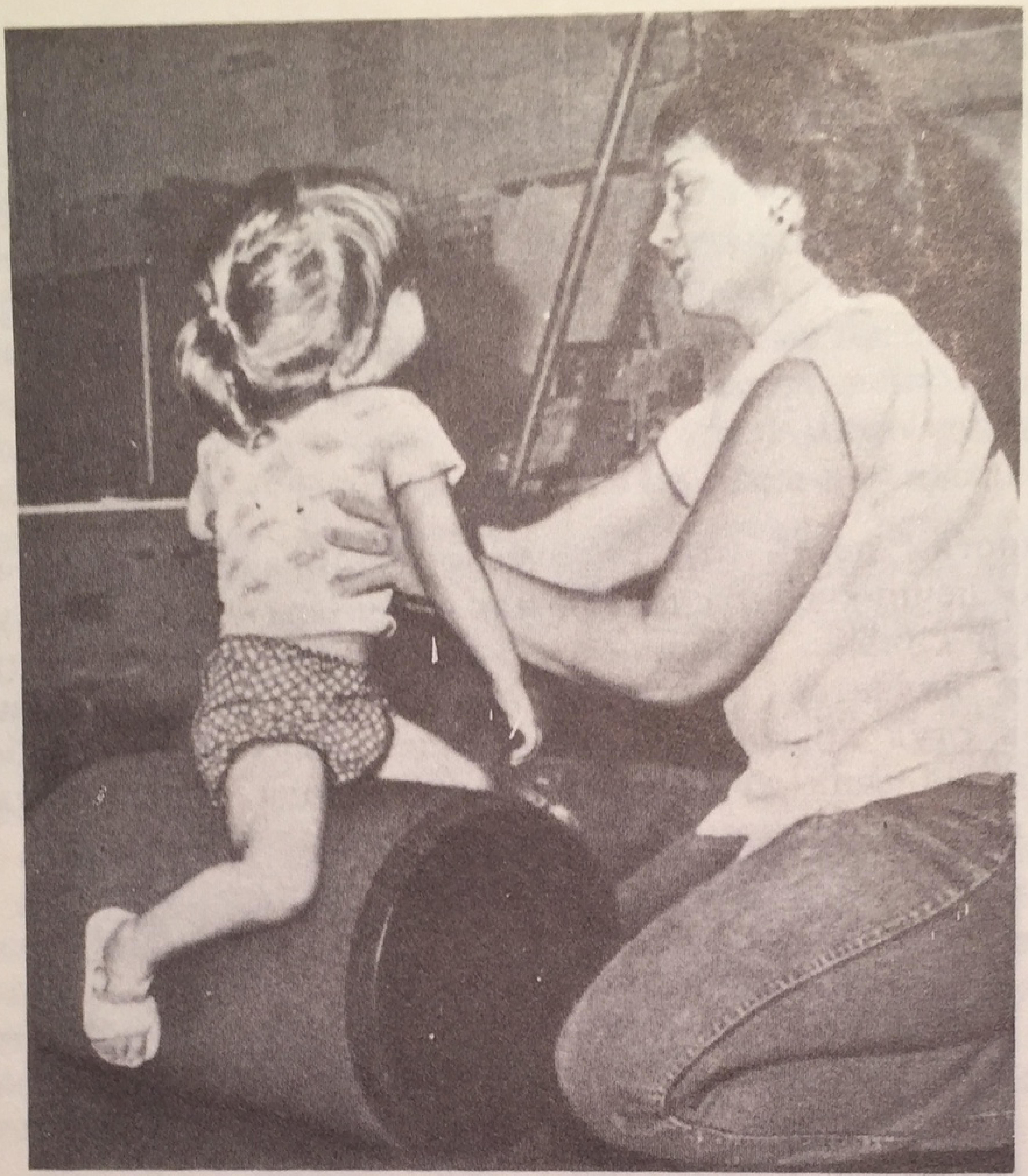
Время от времени полезно оставлять своих детей с кем-нибудь из окружающих Вас людей и заняться чем-либо приятным для Вас. Тогда, ухаживая за малышом с недостатками в развитии, Вы сможете ему радоваться и не будете чувствовать себя одинокой и оторванной от мира.

3. Некоторые дети испытывают трудности с пищеварением и стулом

У многих детей эти проблемы возникают оттого, что их кишечник сокращается или слишком слабо, или чересчур сильно. Наиболее эффективным средством помощи является в этом случае диета. От фруктовых соков стул обычно делается более жидким, от грубой пищи малыша крепит, крупяные блюда способствуют



Повороты туловища



Повороты туловища

увеличению объема стула. Врач или сестра могут перечислить те продукты питания, которые должны помочь Вашему малышу.

Дети, у которых затруднены движения тех или иных частей тела, могут испытывать трудности и со стулом. Если малыш научится вращать туловище так, что его плечи будут разворачиваться, а бедра сохранять неподвижность (или наоборот), то такие упражнения могут улучшить работу органов пищеварения, а регулярные упражнения такого рода помогут малышу наладить работу кишечника. Иногда приходится ставить свечи или делать клизмы.

Физические упражнения, помогающие наладить работу кишечника, Вам может показать физиотерапевт.
Если малыш ощущает дискомфорт из-за того, что пло-

хо усваивает непривычную для него пищу и у него болит живот, то он сжимается в комок и кричит. В этом случае ребенку станет легче, если его согреть так, чтобы кисти рук и ступни ног стали теплыми. Иногда помогает поглаживание малыша по спине или животу, если, правда, он позволяет Вам это делать. Однако самое главное — это постараться вспомнить, что ел Ваш ребенок, и тогда решать, вызвано его состояние болезнью или изменениями в питании.

ВАШ РЕБЕНОК МОЖЕТ ПЛОХО УСВАИВАТЬ НЕКОТОРЫЕ ВИДЫ ПИЩИ.

Временами он неожиданно покрывается сыпью. Нередко ее вызывает пища, которую незадолго до этого ел ребенок. Вот почему лучше вводить в рацион ребенка новые блюда по одному и ждать не менее недели, прежде чем предлагать ему следующее новое блюдо. В этом случае Вам легче разобраться, какую именно еду Ваш малыш плохо усваивает. Для удобства можно отмечать в календаре первое кормление новым блюдом.

Для детского питания плохо подходят такие продукты, как сахар, соль, приправы, и продукты, полученные синтетическим путем. Все они могут вызывать сыпь, а также усиливать нервозность и возбудимость малыша.

Процесс пищеварения существенно зависит от эмоций, а дети очень чутки к настроениям взрослых. Если родители напряжены и постоянно обеспокоены, ребенок может прореагировать на это какими-то нарушениями в пищеварении, а также учащенным или затрудненным стулом. Дети, у которых часто возникают проблемы с пищеварением и стулом, бывают обычно у чрезмерно заботливых и нервозных родителей. У таких родителей состояние их пищеварения, как правило, во многом зависит от их психического самочувствия.

4. У малыша иногда возникает приступ удушья

Их вдох или выдох сопровождается хрипами, они начинают сильно кашлять или задыхаться. Это может быть связано с функциональными нарушениями в органах дыхания, а может быть обусловлено каким-либо аллергеном или инфекцией. Возможно, это происходит оттого, что малыш чем-то расстроен и находится в состоянии психического дискомфорта. Чтобы в каждом конкретном случае установить причину удушья, необходимо тщательное наблюдение.

ВЫ МОЖЕТЕ ПОМОЧЬ ВРАЧУ ТОЧНЕЕ ОПРЕДЕЛИТЬ ЭТУ ПРИЧИНУ, ЕСЛИ ПРИ ПОЯВЛЕНИИ УДУШЬЯ ТОЧНО ОТМЕТИТЕ СЛЕДУЮЩИЕ ВЕЩИ:

Чем занимался ребенок в этот момент?

Что на нем надето?

Какая одежда лежала рядом с той, что надета на ребенке?

Находилось ли рядом с ним домашнее животное или ребенок оказался вблизи места, где животное проводит много времени (спит, ест, играет и т. д.)?

Из чего сделана и каким материалом обита стоящая в комнате мебель?

Что перед приступом малыш ел?

Если у Вас дома очень сухой микроклимат, Вам, возможно, удастся нормализовать дыхание ребенка с помощью увлажнителя воздуха. В магазинах продаются недорогие и простые в обращении увлажнители. Увлажненный воздух благоприятно действует на слизистую оболочку носа и на легкие и отчасти предотвращает кровотечения из носа.

Если обычно у малыша дыхание хорошее и неожиданно оно стало затрудненным, то проверьте, нет ли у Вашего ребенка высокой температуры. Иногда затрудненное дыхание вызывается заболеванием. Если малыш тяжело дышит и у него жар, то лучше всего обратиться к врачу. Жар — это защитная реакция организма на инфекцию. Сама инфекция может оказаться как неопасной, так и серьезной, но определить это может только врач.

Многие дети с недостатками развития не умеют следить за своим носом, и из него все время течет. Иногда это обусловлено тем, что ребенок просто не ощущает, что его нос забит, а иногда нос оказывается забитым оттого, что всякая попытка малыша высморкаться вызывает у него неприятные ощущения.

Прочистить нос малыша можно с помощью ингалятора. Пользуйтесь им по нескольку раз в день, особенно во время сна.
Сморкание и очищение носа проходит легче, если малыша положить на живот. Пользоваться лекарствами против насморка можно, но не больше, чем 3—4 дня подряд.
Дыхание Вашего ребенка скорее нормализуется, если Вы сами не будете нервничать и станете спокойно обращаться с ним.
Ваша нервозность из-за того, что ребенок плохо дышит, передается ему. Вызванное Вашим состоянием напряжение тела ребенка затрудняет его дыхание. Родители, приходящие в чрезмерное волнение из-за затрудненного дыхания ребенка, только ухудшают его состояние.

5. Некоторые малыши кажутся болезненными детьми

Некоторые малыши срыгивают чуть ли не всякую пищу, которую им дают, и почти постоянно их мучают газы и колики в животе. Если Ваш ребенок именно такой, то имеет смысл проделать следующие процедуры:

1. Постарайтесь сделать так, чтобы во время кормления Ваш малыш несколько раз рыгнул. Некоторые малыши склонны дышать ртом, а не носом, и, как следствие, они заглатывают воздух. Если ребенок начинает кричать, то вероятность заглатывания воздуха возрастает. А воздух, попавший в пищеварительный тракт, вызывает неприятные ощущения (см. в разделе «Питание» проблемы, обсуждающиеся на с. 44—49).
2. Не разрешайте никому подбрасывать в воздух или резко переворачивать малыша после того, как он поел.
3. Когда Вы кормите малыша, сидите спокойно, относясь к этому занятию как к приятному времяпрепровождению. Иногда полезно послушать в это время спокойную, негромкую музыку. Если у Вас есть еще дети, то во время кормления один из них может держать книгу, которую Вы будете читать детям вслух.

Если малыш находится у Вас на руках, а Вы нервничаете, то он может это почувствовать. Постарайтесь успокоиться и придайте процедуре кормления радостный характер. Дополнительную информацию о детях, у которых возникают трудности с проглатыванием пищи и с обучением навыкам есть самостоятельно, Вы найдете в разделе «Питание».

У НЕКОТОРЫХ МАЛЫШЕЙ ЛЕГКО РАЗДРАЖИМЫМ МЕСТОМ ЯВЛЯЕТСЯ НОС.

Они часто ковыряют в носу или трут его, когда туда попадает что-нибудь, что раздражает слизистую оболочку. Такое раздражение могут вызывать: птичий пух, шерстяные одеяла, ковры, обивка мебели, а также шерсть домашних животных и домашняя пыль.

Если нос чешется и ребенок все время трет его или ковыряет в нем, то вероятность кровотечения из носа увеличивается.

У некоторых детей кровь течет из носа очень часто.

Вероятность кровотечения увеличивается, если в комнате очень сухой воздух (см. на с. 26 об увлажнителях).

Вероятность кровотечения увеличивается и в том случае, если в полости носа и под носом засыхает слизь (о ее удалении см. с. 27). В этом случае попытка очистить нос обычно приводит к раздражению чувствительной носовой полости.

Кровотечения чаще бывают у детей из горной местности. Если кровотечения случаются чаще раза в неделю, проконсультируйтесь с врачом, не страдает ли Ваш малыш пониженной свертываемостью крови.

Кровотечения из носа чаще бывают у детей, склонных биться головой о подголовник или спинку кровати (см. в разделе «Проблемы здоровья» тему 2, с. 20—22).

У НЕКОТОРЫХ ДЕТЕЙ ЧАСТО ПОВЫШАЕТСЯ ТЕМПЕРАТУРА.

Когда организм борется с инфекцией, температура тела повышается; если она повышается очень резко, то самочувствие ребенка ухудшается.

Если температура малыша поднимается выше 37,7 °C не реже одного раза в неделю, то желательно, чтобы его тщательно осмотрел наблюдающий или лечащий врач.

Очень высокая температура не только сказывается на самочувствии ребенка, но может вызывать выраженные нарушения в работе центральной нервной системы. Иногда температуру помогает снизить купание малыша в воде комнатной температуры. После такого купания малыша необходимо насухо вытереть и одеть во что-

нибудь легкое и теплое, чтобы он не простудился.

Повышение у ребенка время от времени температуры — событие вполне нормальное, но если температура регулярно повышается или держится несколько дней подряд, то это может свидетельствовать о серьезных отклонениях в здоровье малыша.

Не стоит угадывать температуру малыша, дотрагиваясь до его тела рукой. Ваша рука может быть и теплой, и холодной. Лучше в этом случае пользоваться термометром. Не спешите давать ребенку аспирин или другие жаропонижающие средства, посоветуйтесь сначала с врачом. Любое лекарство может вызвать нежелательные побочные эффекты.

Когда у ребенка жар, он становится нервным и раздражительным, и в этом нет ничего необычного, поэтому постарайтесь не волноваться.

ВСЕ РОДИТЕЛИ СИЛЬНО ПЕРЕЖИВАЮТ ЗА СВОИХ ЗАБОЛЕВШИХ ДЕТЕЙ, НО ПЕРЕЖИВАНИЯ РОДИТЕЛЕЙ ДЕТЕЙ С НЕДОСТАТКАМИ РАЗВИТИЯ УСУГУБЛЯЮТСЯ СЛЕДУЮЩИМИ ВЕЩАМИ.

Они начинают думать, что заболевание — это только первый сигнал более серьезных отклонений в здоровье их ребенка. Порой их беспокоит, сможет ли их ребенок вырасти достаточно подготовленным к самостоятельной жизни. Родители детей с недостатками развития обычно начинают думать, что с их ребенком не всё благополучно, даже если тот всего лишь простудился или болен какой-нибудь обычной детской болезнью.

Если Вы всю ночь ухаживали за ребенком, постарайтесь днем хотя бы немного поспать. Попросите когонибудь, чтобы он помог Вам по дому и присмотрел за другими детьми. Старайтесь быть с малышом спокойной и ласковой и не теряйте надежду на его выздоровление.

Ваш малыш скорее поправится и реже будет болеть, если Вы, ухаживая за ним, сумеете быть спокойной и ласковой.

Выполняйте предписания врача, а когда ребенок поправится, не забудьте посетить доктора, поскольку необходимо убедиться, что болезнь действительно прошла.

Когда ребенка поражает вирус (а существуют сотни его разновидностей), он «простужается». Это нормаль-

ная составная часть процесса роста. Ваш малыш будет простужаться, пока у него не выработается иммунитет к любому из вирусов. Если ребенок простужен, он кашляет, и у него тем самым освобождается горло от мокрот. Кашель может продолжаться неделю и несколько больше.

Если кашель у малыша сильный и затрудняет дыхание, то могут быть осложнения в легких.

Инфекция в легких называется пневмонией.

Если у Вашего малыша: высокая температура,
сильный кашель,
учащенное дыхание,
плохое общее самочувствие и
он беспокоен,

то необходимо вызвать врача, чтобы тот, осмотрев ребенка, поставил диагноз и выписал лекарство.

После этого постарайтесь выполнить советы врача относительно постельного режима, приема медикаментов и питания Вашего ребенка.

6. Некоторые малыши легко утомляются

ОБЫЧНО ОЧЕНЬ БЫСТРО УСТАЮТ МАЛЫШИ С СЕРДЕЧНОЙ НЕДОСТАТОЧНОСТЬЮ И С ПРОБЛЕМАМИ В ДВИГАТЕЛЬНОЙ СФЕРЕ.

Очень важно на протяжении дня организовать таким детям периоды отдыха.

Целесообразно планировать день так, чтобы ребенок мог хорошо и спокойно отдохнуть.

Поэтому в тех местах, где Вы часто бываете, скажем у бабушки с дедушкой, лучше оборудовать специальное место для отдыха Вашего ребенка, а если Вы много ездите с ребенком в автомобиле, то устройте там для него специальное место для сна.

Старайтесь не раздражаться и не забывать о том, что Ваш малыш нуждается в отдыхе.

Помните, что для Вашего ребенка потребность в столь частом отдыхе вполне естественна.

Но будьте осторожны и не ограничивайте активность малыша больше, чем это необходимо.

МАЛЫШИ УЧАТСЯ, СОВЕРШАЯ САМОСТОЯТЕЛЬНЫЕ ДЕЙСТВИЯ И ОБЩАЯСЬ С ДРУГИМИ ЛЮДЬМИ.

Даже когда ребенок отдыхает, положите рядом с ним несколько игрушек или картинок, с которыми он может поиграть.

Интересную книжку с картинками можно сделать самим, наклеив картинки на картон и поверх закрыв самоклеящейся полиэтиленовой пленкой. Получившиеся страницы можно использовать отдельно друг от друга или же соединить в книгу, проделав в них сбоку отверстия и скрепив страницы металлическими кольцами или

шнурком. Если сделать такую книжку из фотографий членов семьи или предметов домашней обстановки, то малыш будет учиться их распознавать и во время отдыха.

НЕКОТОРЫЕ МАЛЫШИ ПОЧТИ ВСЕ ВРЕМЯ ВЫГЛЯДЯТ БЕЗРАЗЛИЧНЫМИ КО ВСЕМУ И УСТАЛЫМИ.

Если малыш при Вашем появлении не улыбается и не начинает гулить и лепетать, Вам не следует думать, что он несчастлив...

и что Вы, возможно, недостаточно хорошие родители.

Есть малыши гораздо менее энергичные, чем остальные дети: они медленно двигаются, не пытаются добраться до игрушек, не стремятся куда-либо вскарабкаться.

Если врач, осмотрев Вашего ребенка, убедился, что он ничем не болен, а Вы следите за тем, чтобы малыш был здоров (см. с. 18—42), и никак не меняли установленный режим питания, отдыха и игр,

то Вам не надо беспокоиться о состоянии здоровья своего ребенка.

Придерживайтесь установленного распорядка дня, разговаривайте с малышом и играйте с ним, показывайте ему интересующие его предметы, позволяйте играть с ними, если это не чревато какими-либо травмами.

НЕ ДОПУСКАЙТЕ, ЧТОБЫ МАЛЫШ ОТ КРИКА НАЧИНАЛ СИНЕТЬ.

Если у ребенка не всё в порядке с сердцем, то синеть от крика он начинает очень быстро. Постарайтесь, не обнаруживая своего беспокойства, по возможности быстрее уделить ему внимание.

Иногда малыши, задерживая дыхание, как бы говорят Вам, что им не нравится какая-то еда или что они ощущают дискомфорт.

ЕСЛИ МАЛЫШ, НАХОДЯСЬ У ВАС НА РУКАХ, ВДРУГ НАЧИНАЕТ СИНЕТЬ, ОСТОРОЖНО ПОТРЯСИТЕ ЕГО И ПОЗОВИТЕ ПО ИМЕНИ.

Если малыш продолжает синеть, хотя Вы осторожно трясете его и зовете по имени, то **НЕМЕДЛЕННО ОСУЩЕСТВИТЕ ДЫХАНИЕ РОТ-В-РОТ:**

1. Чтобы воздух мог свободно проходить, обследуйте своим пальцем рот малыша и вытащите оттуда пищу или любой другой объект, если они там оказались.

2. Чтобы помочь ребенку восстановить дыхание, дышите ему в рот и нос. Для этого своим ртом прикройте его рот и нос и сделайте выдох через свой рот один раз, затем отодвиньтесь и повторите процедуру еще раз. Технике дыхания рот-в-рот могут Вас обучить в районной поликлинике или в ближайшем кардиологическом центре. Понимание того, что Вы делаете всё, что нужно в такого рода экстренных случаях, позволит Вам чувствовать себя более уверенно.

МАЛЫШИ, ЕСЛИ ОНИ ПЛОХО ВИДЯТ, НЕ БУДУТ УЛЫБАТЬСЯ В ОТВЕТ НА ВАШУ УЛЫБКУ.

Такие малыши гораздо меньше других детей стремятся куда-нибудь залезть, добраться или дотянуться до игрушек, просто потому, что они их не видят.

Для таких малышей, чтобы им помочь, стоит устроить безопасное место для игр недалеко от Вас и расположить там несколько игрушек, издающих разные звуки.

Не менее важно **говорить** с малышом о том, что сейчас делаете Вы или что делает он.

Помогите своему ребенку научиться видеть вещи, касаясь их и прислушиваясь к звукам, которые они издают.

МЛАДЕНЦЫ, ЕСЛИ ОНИ ПЛОХО СЛЫШАТ, ОБЫЧНО НЕ ЛЕПЕЧУТ САМИ С СОБОЙ И НЕ НАЧИНАЮТ ЛЕПЕТАТЬ В ОТВЕТ НА ОБРАЩЕНИЕ ОКРУЖАЮЩИХ.

Их не привлекает шум, и они не стремятся посмотреть, откуда идет тот или иной звук, просто потому, что не слышат самого звука.

Если малыш не слышит звуков, сопровождающих жизнь в доме, то, в отличие от других детей, звуки радио, пианино или работающего пылесоса не привлекут его внимания и он вряд ли поползет к этим предметам.

Ваш малыш, может быть, слышит только громкие звуки, и поэтому ему может нравиться сидеть около работающих стиральной машины или пылесоса.

Важно, чтобы при разговоре со своим ребенком Вы обращали к нему лицо, тогда он сможет видеть, когда Вы говорите с ним. Помогайте ему при этом «слышать»

вещи, поддерживая его уверенность, что он умеет видеть и трогать их.

Поднесите его поближе к источнику звука или пусть он сам доберется до него, а Вы только проследите за этим.

РЕБЕНОК МОЖЕТ ХОРОШО ВИДЕТЬ И СЛЫШАТЬ, НО ЕСЛИ ОН ЛЕГКО УТОМЛЯЕТСЯ, ТО ЕГО ИНТЕРЕС К ОКРУЖАЮЩЕМУ МИРУ БУДЕТ НЕВЕЛИК.

Если малыш страдает аритмией сердца или у него недостаточность митрального клапана, то его кровь не будет насыщаться кислородом в нужном объеме, и ребенок будет постоянно ощущать усталость.

Иногда в таких случаях может помочь операция на сердце, но, как бы то ни было, если у Вашего ребенка сердце не в порядке, необходимо, чтобы лечащий врач объяснил, на что надо обращать внимание, чтобы определить, когда Ваш малыш устал.

Изучение окружающих предметов и попытки подчинить их себе — это основной путь научения младенца. Если Вы не поощряете самостоятельные действия ребенка, то он не сможет ничему научиться.

Легкая утомляемость может быть вызвана и другими причинами. Проверьте, нормальна ли кровь у Вашего ребенка и нет ли у него нарушений в обмене веществ. Легкая утомляемость бывает связана с пониженной функцией щитовидной железы; ее также может вызывать диабет.

Некоторые малыши прекрасно видят и слышат и сердце у них работает хорошо, но тем не менее научаются они всему с большим трудом.

У ТАКИХ ДЕТЕЙ НЕРАЗВИТА СПОСОБНОСТЬ УЧИТЬСЯ, СМОТРЯ НА МИР И СЛУШАЯ ЕГО.

У них, возможно, не сформировалось стремление приблизиться к той или иной вещи, чтобы ее потрогать и поиграть с ней.

У них, возможно, не развилось умение распознавать, когда с ними говорят, и умение улыбаться и гулить в ответ.

Ваш малыш может реагировать недостаточно быстро, подольше держите перед ним какой-нибудь предмет и

помогите ему дотронуться до него и все время говорите с ним, ДАЖЕ ЕСЛИ КАЖЕТСЯ, ЧТО ОН НЕ СПОСОБЕН ВАС ПОНЯТЬ.

Некоторые дети с недостатками развития должны увидеть, услышать окружающие предметы и людей, дотронуться до них не один раз, прежде чем запомнят их и станут улыбаться им, тянуться к ним руками и захотят приблизиться к ним.

Это только дело времени.

НЕКОТОРЫЕ МАЛЫШИ УЖ СЛИШКОМ ДОЛГО НЕ ПРОЯВЛЯЮТ НИ К ЧЕМУ ИНТЕРЕСА.

Никогда не теряйте надежды,

по-прежнему улыбайтесь своему малышу, общайтесь с ним,

обращайте его внимание на все маленькие события, которые происходят ежедневно (см. раздел «Речь», с. 155—169).

7. Некоторые малыши страдают от заболеваний глаз

У некоторых детей утром или после дневного сна на веках появляются белые или желтоватые выделения. Иногда они засыхают настолько, что малышу не удается раскрыть глаз. Он начинает плакать или проявлять беспокойство. Аккуратно протрите веки ребенка сначала смоченной в теплой воде ваткой и затем сухим ватным тампоном.

Изредка такие выделения на веках появляются у всех детей.
Если они появляются чаще раза в неделю, пусть окулист проверит глаза Вашего ребенка. Признаком инфекционного заболевания глаз является набухание век и покраснение глаз, сопровождающиеся иногда повышением температуры. Естественно, что ребенок, у которого болят глаза, ведет себя беспокойно.

Набухание век и покраснение глаз могут быть вызваны засорившимися слезными протоками.
Если в течение двух дней состояние глаз не улучшилось, обратитесь к окулисту, и он прочистит слезные протоки, если те засорились.

Покраснение глаз и набухание век может быть и аллергической реакцией. Если это так, то внимательно осмотритесь, не находятся ли рядом с малышом вещи, которые могут вызывать у него такую реакцию (см. в разделе I «Если Вы обеспокоены здоровьем малыша» тему 4 на с. 26—27). Аллергическая реакция может вызвать зуд в глазах, и малыш начинает их тереть и непрестанно трогать глаза руками (см. в разделе I тему «Навязчивые движения», с. 20—22).

К СЛУЧАЯМ, КОГДА МАЛЫША НЕОБХОДИМО ПОКАЗАТЬ ОКУЛИСТУ, ОТНОСЯТСЯ:

Необычная чувствительность к солнечному свету. Обычно мы мигаем или щуримся в течение нескольких минут, после того как попадаем на яркий свет, но, если ребенок все время, пока находитесь на улице, мигает и щурится, его глаза могут нуждаться в лечении.

Затуманенные или мутные зрачки могут означать, что хрусталик сделался настолько толстым, что сквозь него с трудом проходит свет. Помутнение хрусталика называется катарактой. Обычно считается, что катаракта — это старческая болезнь, однако иногда дети рождаются с нею. Как правило, эта болезнь лечится хирургическим путем.

Если глаза все время движутся или слегка подергиваются, то, хотя ребенок и способен видеть, Вам следует проконсультироваться, нельзя ли помочь Вашему малышу и сделать так, чтобы он видел лучше.

Если глаза ребенка не фокусируются на одном объекте, то это затрудняет работу мозга по объединению изображений, которые видит каждый глаз. В этом случае мозг выбирает более четкое изображение, в результате глаз, дающий менее четкое изображение, все больше слабеет и иногда совсем перестает видеть. В одних случаях помогает хирургическая операция, которая на ранних стадиях развития близорукости помогает усилить мускулатуру более слабого глаза. В других случаях помогает наложение повязки на более сильный глаз, что заставляет работать активнее более слабый глаз. Возможно, Вам будут говорить, что с возрастом близорукость пройдет сама, однако не спешите с выводами и посоветуйтесь с окулистом.

После того как малышу исполнится годик, можно проверить остроту его зрения. Некоторые недостатки зрения обычно удается скорректировать очками. Большинство маленьких детей охотно носят очки, если в них действительно лучше видят.

8. Некоторые малыши страдают от заболеваний ушей

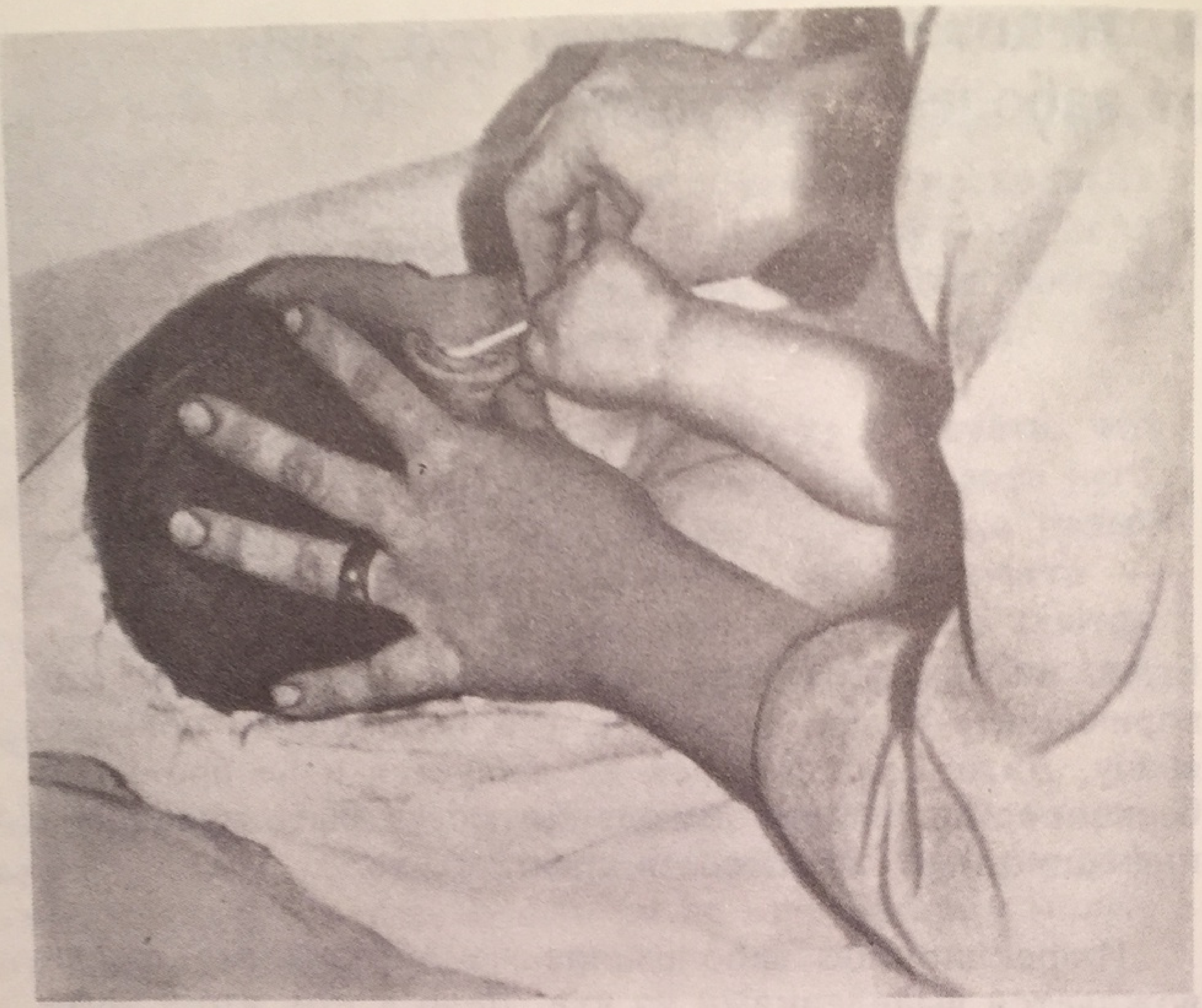
Если из уха малыша выделяется желтовато- или коричневато-белая жидкость, его необходимо показать врачу. Даже если ребенок не жалуется и не проявляет беспокойства, то эти выделения могут быть признаком инфекционного процесса в среднем ухе.

Инфекционное заболевание не обязательно сопровождается выделениями из уха. Дело в том, что у человека имеется небольшой проход, ведущий из полости носа и гортани в среднее ухо. У ребенка этот проход короткий и прямой, поэтому простудная или связанная с другими заболеваниями инфекция легко проникает в область барабанной перепонки.

Инфекционным заболеванием может быть вызвано и такое поведение малыша, когда он постоянно хватается за уши или же бьет себя по ним и дергает их и при этом плачет.

Инфекционные заболевания уха требуют *немедленного* лечения, в противном случае могут возникнуть необратимые нарушения в органе слуха. Иногда дети, дергавшие себя за уши или постоянно трогавшие их, когда те болели, привыкают к этим движениям и продолжают их делать, хотя уши уже не болят. О том, что в этом случае нужно делать, см. тему 2 из раздела «Проблемы здоровья», с. 20—22.

Предохраняя уши от сквозняков, Вы отчасти защищаете их и от инфекционных заболеваний. В холодные или даже теплые, но ветреные дни в уши малыша можно



вкладывать ватные тампончики. Позаботьтесь и о том, чтобы кроватку и место, где ребенок играет, не продувал сквозняк или поток воздуха от вентилятора и других бытовых приборов. При поездке в автомобиле постарайтесь, чтобы на малыша не дуло из открытого окна. Во всех ситуациях, где малыша может продуть ветром, целесообразно надевать на него легкую, но достаточно плотно закрывающую уши шапочку.

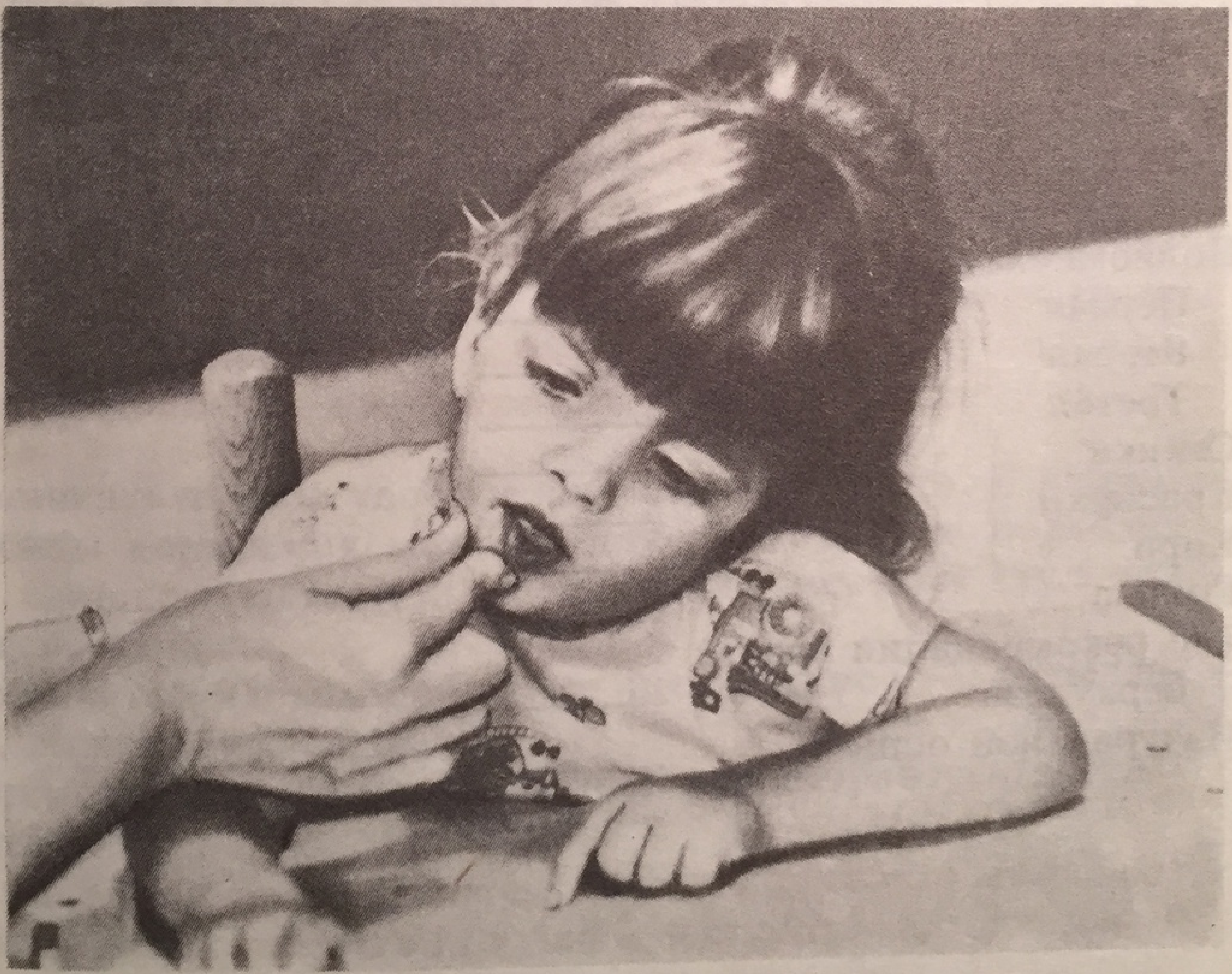
Если ребенок плачет или затыкает уши при раздающихся поблизости громких звуках, то следует проверить его слух.

Если малыш не оборачивается к Вам и не улыбается, когда Вы зовете его по имени, не лепечет и не гулит во время игр, то у него может быть не все в порядке со слухом. И даже если Ваш малыш совсем не слышит, ему можно помочь научиться общаться с другими людьми, но для этого Вам надо будет овладеть специальными способами взаимодействия с ним (см. раздел «Речь», с. 156—169). Попросите участкового врача направить Вас к специалисту, который проверит слух ребенка. У этого же специалиста Вы проконсультируетесь, где можно обучиться правилам обращения со слабослышащим или глухим ребенком.

9. Какие еще связанные со здоровьем ребенка вопросы могут Вас волновать

Обычно у малышей изо рта течет слюна только во время еды. Но если у Вашего малыша слюна течет и в другое время, чаще меняйте слюнявчики, иначе грудка ребенка будет постоянно мокрой, а это может вызвать различные простудные заболевания.

Иногда малыши с нарушениями в центральной нервной системе не умеют сглатывать слюну, и она постоянно



Один из приемов, помогающий ребенку лучше ощутить мышцы языка и рта, называемый десензитизацией (см. с. 44 и 45). Осторожно нажмите пальцами вокруг губ ребенка, затем откройте ему рот (во рту не должно быть посторонних предметов) и повторите эти движения в полости рта

течет у них изо рта. Просьбы или требования прекратить пускать слюни в этом случае не помогут. Ребенка нужно научить сглатывать слюну, чтобы он почувствовал, что значит непереполненный слюной рот. Прежде всего ребенку надо помочь научиться ощущать мышцы языка и рта (см. рисунок). Как это сделать, Вам расскажут физиотерапевт или логопед. Вам следует обратиться к этим специалистам, если Вашему ребенку уже больше 8 месяцев, а он продолжает все время пускать слюни.

Чтобы специалист, к которому Вы обратились за помощью, мог, давая Вам совет, учесть особенности Вашего ребенка, покажите ему записи, которые Вы ведете, наблюдая за своим малышом, в них (см. с. 15, 42 58 и приложение) должны быть даты, когда были сделаны обязательные для каждого ребенка предохранительные прививки против:

		Дата
Дифтерии Столбняка Коклюша	ДСК	________
Первая		________
Вторая		________
Третья		________
Четвертая		________
Полиомиелита		
Первая		________
Вторая		________
Третья		________
Свинки Краснухи Кори		________ ________ ________ ________
Гриппа (по рекомендации врача)		________
Туберкулеза		________
Натуральной оспы		________

11

Если Вас беспокоит, что и как Ваш ребенок ест

ОБЫЧНО ЕДА ДОСТАВЛЯЕТ РЕБЕНКУ УДОВОЛЬСТВИЕ, И ОКРУЖАЮЩИМ ПРИЯТНО СМОТРЕТЬ НА НЕГО В ЭТО ВРЕМЯ.

Но если ребенок при еде испытывает какие-то неудобства, то ни у него, ни у Вас не возникнет приятных ощущений.

Поскольку значительная часть времени, которое Вы проводите вместе с малышом, приходится на его кормление, важно, чтобы Вы по возможности превратили этот процесс в приятное времяпрепровождение для него и для себя:

Организуйте себе удобное для сидения место. В первые месяцы кормления малыша для этого весьма подходит не слишком мягкий и не слишком жесткий стул или кресло-качалка.

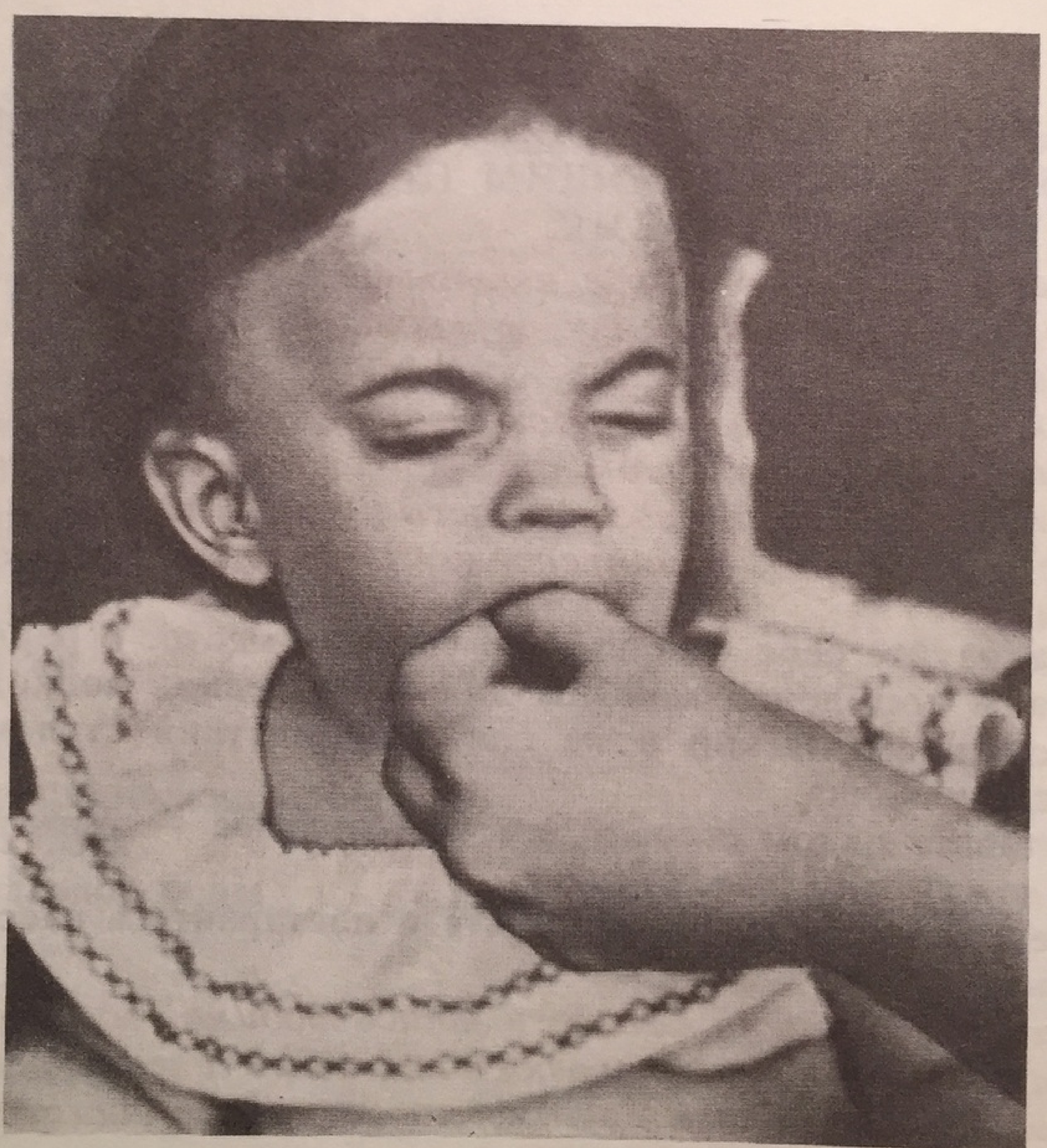
Поставьте рядом с собой все необходимое — бутылочку, ложку, еду, салфетку.

Затем возьмите ребенка, сядьте и постарайтесь расслабиться.

В это время можно включить запись любимой музыки. Неплохо также снять тапочки и поставить телефон рядом с собой или убедиться в том, что Вы сидите достаточно близко к нему и Вам не придется вставать.

1. У некоторых малышей сосание и глотание вызывают затруднения

Чтобы сделать сосательное и глотательное движение, ребенок должен плотно сомкнуть губы и оттянуть язык вверх и назад. У некоторых детей мускулатура рта недостаточно развита для этого. Врачи говорят в этом слу-



Десенситизация полости рта. Осторожными мелкими движениями пальцев промассируйте внутреннюю поверхность рта в направлении от щек, подбородка и носа к губам

чае о недостаточной моторике рта. Обратитесь к врачу или сестре, они покажут Вам, как надо нажимать на губы ребенка или как массировать его рот, чтобы малыш научился делать необходимые глотательные движения. Некоторые младенцы плохо берут грудь или кусают ее. Обычно таким детям трудно закрыть рот, а когда они закрывают его, то губы сжимаются столь плотно, что невольно кусается сосок. Даже если малыш ест из бутылочки, он при этом перекрывает доступ пищи, но у матери, кормящей грудью, эти действия малыша могут вызвать весьма болезненные ощущения. Ребенка надо научить закрывать рот плотно, но мягко. Для этого сле-

дует промассировать губы и внутреннюю поверхность рта малыша короткими ровными движениями в направлении от щек, подбородка и носа к ротовому отверстию. Физиотерапевт или массажист покажет Вам, как это надо делать.

КОРМЛЕНИЕ ГРУДЬЮ МАЛЫШЕЙ, У КОТОРЫХ ЗАТРУДНЕНО СОСАНИЕ, ТРЕБУЕТ ДОПОЛНИТЕЛЬНЫХ УСИЛИЙ.

Ребенок может уставать сосать, в этом случае приходится прерывать кормление с тем, чтобы промассировать губы и щеки малыша. Можно также отвести на кормление меньше времени и чаще кормить. Возможно, Вам стоит смазывать соски специальной мазью, предохраняющей их от растрескивания.

НЕКОТОРЫЕ МАЛЫШИ ВО ВРЕМЯ ЕДЫ ЗАСЫПАЮТ.

Некоторые дети с недостатками развития затрачивают на сосание столько труда, что, чуть пососав, они засыпают. Если Вы положите своего ребенка в кроватку, то очень скоро он проснется и снова захочет есть.
Дети, которые мало весили при рождении или плохо набирают вес, должны есть чаще, в этом случае Вам стоит сразу сделать кормления более короткими и частыми.

Полезно также каждый раз убеждаться в том, что малыш хорошо поел.
Позаботьтесь, чтобы Ваш малыш вовремя отрыгнул. Некоторым младенцам во время кормления необходимо отрыгнуть несколько раз.

Срыгивание можно вызывать традиционным способом: положите себе на плечо чистую пеленку, затем возьмите ребенка так, чтобы он смотрел через Ваше плечо, и осторожно похлопайте его по спине.

Срыгивание можно вызвать, если посадить малыша и, одной рукой поддерживая его головку за подбородок, другой осторожно похлопать его по спине.

Один из этих способов может оказаться для Вашего ребенка более эффективным, и он будет чувствовать себя

лучше, если всякий раз Вы будете пользоваться именно этим способом.

Если малыша кормит кто-то другой, его следует предупредить, каким образом Вы вызываете у малыша срыгивание.

Если малыш перед кормлением начинает плакать и проявляет беспокойство, то вполне возможно, что в его пищевод попал воздух, который создает ощущение переполненного живота. В этом случае перед кормлением необходимо вызвать у малыша срыгивание.

Некоторые дети, взяв пищу в рот, не проглатывают ее, и когда они вновь открывают рот, то пища из него вываливается. Возможно, что ребенок не закрывает по-настоящему рот и пища не проталкивается в глубину рта.

Обычно пища при помощи языка проталкивается в глубину рта, откуда ее легко проглотить.

Однако у некоторых малышей язык проталкивает пищу не в глубину, а, наоборот, наружу, и поэтому она изо рта вываливается.

ЭТА ОСОБЕННОСТЬ В ПРИЕМЕ ПИЩИ ОБЫЧНО НАЗЫВАЕТСЯ ЯЗЫКОВЫМ ВЫТАЛКИВАНИЕМ; ЕЕ НАЛИЧИЕ ОЗНАЧАЕТ, ЧТО КОРМЛЕНИЕ РЕБЕНКА БУДЕТ КРАЙНЕ ДЛИТЕЛЬНЫМ ПРОЦЕССОМ.

ФИЗИОТЕРАПЕВТ ИЛИ ДЕТСКИЙ ВРАЧ МОЖЕТ ПОКАЗАТЬ ВАМ, КАК НАДО ОСТОРОЖНО ПОМЕЩАТЬ ПИЩУ В РОТ СБОКУ И КАК МОЖНО ПОМОЧЬ МЫШЦАМ РТА ПРАВИЛЬНО ДВИГАТЬСЯ, ЕСЛИ В ОПРЕДЕЛЕННЫХ МЕСТАХ ИХ ПРОМАССИРОВАТЬ ИЛИ НАДАВИТЬ.

Поскольку научиться правильно пользоваться языком трудно, процесс улучшения в приеме пищи будет очень медленным.

Чтобы развлечься, в промежутках между приемами пищи Вы можете послушать музыку или немного почитать легкую развлекательную книжку, которую Вы держите поблизости.

Хотя говорить во время кормления с ребенком, у которого есть языковое выталкивание, необходимо и полезно, следует помнить, что разговор с ним в тот момент,

когда он старается проглотить пищу, затрудняет работу мышц рта.

Поэтому говорите с ребенком, пока Вы наполняете ложку, а когда пища попала в рот, дайте Вашему малышу сосредоточиться.

Убедитесь в том, что ребенок правильно сидит (см. рис. на с. 55).

Если его голова и шея расположены относительно друг друга неправильно, то проглатывать пищу он не сможет.

ПОЗА РЕБЕНКА ПРИ КОРМЛЕНИИ.

Некоторым детям очень просто подавиться. При затруднениях с глотанием подавиться пищей, может быть, даже легче, чем проглотить ее.

Вероятность подавиться увеличивается, если ребенок во время кормления лежит или же сидит так, что его шея и нижняя челюсть не составляют прямого угла.

Лучший способ избавиться от того, чтобы ребенок часто давился, сделать рот менее чувствительным — это мягкими, но твердыми движениями пальцев нажать на язык и промассировать внутреннюю поверхность рта. Физиотерапевт покажет Вам, как это нужно делать (см. всё, что сказано о десенситизации, на с. 41, 44—46).

Некоторые дети, сообразив, что, когда они давятся пищей, окружающие становятся особенно внимательны к ним, начинают давиться всякий раз, когда предлагаемая еда им не нравится.

Когда малыш только начинает пить из чашки, то питье вытекает у него из уголков рта.

Чтобы ребенок мог научиться закрывать рот во время питья и проглатывать жидкость, может пригодиться специальная пластмассовая чашечка с крышкой и носиком. Не забывайте, что ребенку с недостатками развития научиться пить сложно.

Это так, потому что такой ребенок часто не умеет по-настоящему сжимать губы и держать их сомкнутыми. В этом случае стоит попробовать поить его из специальной бутылочки с трубкой, которую Вы можете сделать сами.

Возьмите небольшую полиэтиленовую бутылку с крышкой в форме пирамидки или конуса. Возьмите также ку-

сок полиэтиленовой трубки (например, длинные соломки для коктейлей). Аккуратно обрежьте верхушку бутылки и в получившееся отверстие вставьте трубку, так, чтобы она вплотную примыкала к краям отверстия, при этом оба конца трубки следует обрезать по косой и один должен касаться дна бутылки, а другой выступать наружу примерно на 8—10 см. Поскольку бутылка упругая, Вы можете, надавливая на нее, подавать жидкость к губам малыша так, чтобы ему было легко всасывать ее в рот. Пользуясь этим способом, малыш постепенно научится закрывать рот, сосать и проглатывать жидкость даже в сидячем положении.

2. Некоторым детям трудно сидеть во время еды

Если при попытках малыша сидеть во время кормления его голова наклоняется вниз или откидывается в сторону или назад, то необходимо сделать специальную опору для его головы.

Малыш должен сидеть так, чтобы его ноги находились под углом к туловищу, а голова и шея составляли прямой угол с подбородком.

По рекомендации врача можно сделать малышу специальное креслице (см. рис.) или же приладить нужные приспособления к обычному детскому стулу.

Можно сделать пластмассовую или деревянную подставку со специальной перекладиной, расположенной между ножками ребенка и не позволяющей ему соскользнуть вниз, и укрепить ее на детском креслице.

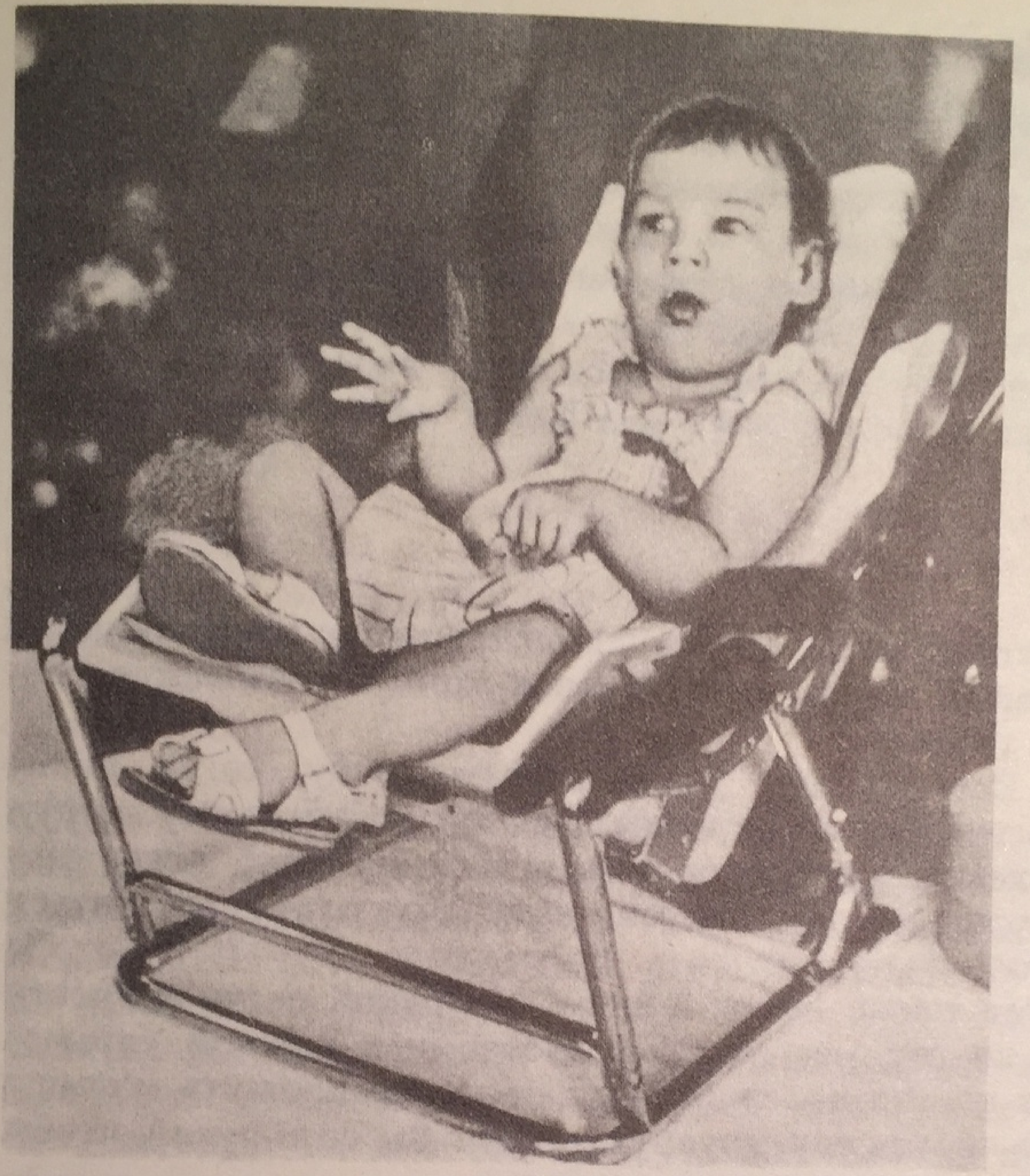
Нередко малышам помогает специальный бандаж для сидения. В качестве такого бандажа можно использовать пеленку, обвязав ею малыша не по животу, а по бедрам. Бандаж можно также сделать из любого плотного материала.

Иногда малыш закрывает ротик так плотно, что ложку не удается вытащить обратно. Объясняется это тем, что ложка и пища оказываются для чувствительного ротика ребенка слишком сильными раздражителями, вызывающими резкую ответную реакцию. В подобных случаях лучше пользоваться ложкой с круглой ручкой.

Рот сжимается не так сильно, когда малыша кормят в тихом, уютном месте, когда каждый раз предупреждают его о том, что сейчас пища попадет в рот. Вероятность зажатия ложки во рту уменьшается и в том случае, если еду подносить не к середине рта, а сбоку.

ЕЩЕ О СПОСОБАХ КОРМЛЕНИЯ.

У некоторых малышей освоение сосания и глотания вызывает столь большие трудности, что их приходится кормить особыми методами, например, с помощью трубочки, проходящей через пищевод прямо в желудок. Однако пользоваться такими способами без острой необходимости нецелесообразно. Ведь пищеварительная



Креслице для детей с церебральным параличом

система малыша развивается только при обычном способе еды. И если Вы не станете приучать малыша к обычной пище, то его рот, зубы и пищеварительная система в целом не смогут правильно развиваться.

ОЧЕНЬ ВАЖНО КОРМИТЬ РЕБЕНКА ВМЕСТЕ С ОСТАЛЬНЫМИ ЧЛЕНАМИ СЕМЬИ. МАЛЫШУ НАДО УЧИТЬСЯ ВЕСТИ СЕБЯ В ОБЩЕСТВЕ ДРУГИХ ЛЮДЕЙ. СЕМЬЯ ЖЕ, В СВОЮ ОЧЕРЕДЬ, ДОЛЖНА ЧУВСТВОВАТЬ РЕБЕНКА ОДНИМ ИЗ СВОИХ ЧЛЕНОВ.

Однако может случиться, что кормление малыша будет занимать очень много времени, а остальные члены семьи не могут позволить себе есть столь долго.

В этом случае имеет смысл кормить малыша непосредственно перед тем, как все садятся за стол, оставив его за столом, чтобы он доел свою еду самостоятельно.

3. Некоторые малыши испытывают трудности в обращении с ложкой

Все дети испытывают трудности, учась есть ложкой, но некоторым малышам научиться этому оказывается особенно сложно.

Если Ваш ребенок умеет глотать пищу, когда ложку подносите Вы, но не может сам поднести ложку ко рту, то целесообразнее под конец каждой еды, когда малыш уже не так голоден, дать ему попрактиковаться самому.

Следует также иметь в виду, что рукой легче поднести пищу ко рту, чем ложкой. Поэтому в каждом кормлении, а иногда и между ними стоит предложить малышу какую-нибудь еду, которую он мог бы есть рукой, чтобы освоить движение руки ко рту.

НЕКОТОРЫЕ МАЛЫШИ СТРЕМЯТСЯ ЕСТЬ РУКАМИ ВСЁ, ДАЖЕ ЖИДКУЮ ПИЩУ.

Большинство малышей начинают учиться самостоятельно есть, беря в рот разные предметы, это вполне естественно на первых порах.

Если ребенок с недостатками развития не проявляет интереса к пользованию ложкой, то он обычно и не стремится засунуть в рот находящиеся под рукой предметы.

Для развития младенца освоить движение руки ко рту гораздо важнее, чем научиться есть аккуратно.

Даже если Ваш ребенок в силу каких-то недостатков развития крайне неряшлив и роняет пищу на стол, стул и пол, гораздо важнее научить его есть рукой, чем соблюдать приличия и есть аккуратно.

Ребенок сначала должен научиться пользоваться при еде рукой, а после этого его можно будет приучать есть аккуратно.

КОГДА МАЛЫШ ЕСТ САМ, ТО ОН И ВСЁ ВОКРУГ ОКАЗЫВАЕТСЯ ПЕРЕПАЧКАННЫМ.

Чтобы Вам не пришлось после этого много убираться, лучше надевать на время кормления хорошо закрывающий Вас фартук (это относится и к тем, кто помогает Вам во время кормления); надевать на малыша резиновый нагрудничек; если у Вас деревянные полы или ковры, то застелить их клеенкой; разрешать малышу есть самому только тогда, когда ему хочется съесть предлагаемую пищу.

Если ребенок начинает играть едой или разбрасывать ее вокруг, уберите ее от него и скажите: «С едой не играют, ее едят», но не ругайте малыша и не ворчите на него. После этого умойте малыша и уберите со стола.

Не думайте, что Ваш малыш остался голодным. Если бы он не наелся, то не стал бы играть.

ЕСЛИ ВЫ ВСЕЙ СЕМЬЕЙ ИДЕТЕ В ГОСТИ К БАБУШКЕ С ДЕДУШКОЙ ИЛИ К БЛИЗКИМ ДРУЗЬЯМ, ЗАХВАТИТЕ С СОБОЙ СТУЛЬЧИК ДЛЯ РЕБЕНКА, НАГРУДНИЧЕК, КЛЕЕНКУ, ПРИВЫЧНЫЕ РЕБЕНКУ ЛОЖКУ И ТАРЕЛКУ.

Если же Вы идете в гости просто к знакомым, то лучше покормить малыша дома, а в гостях дать ему немного еды, которую он мог бы есть руками, скажем дольки яблока, сухое печенье, морковку и т. д.

Вообще, проблему хождения в гости решайте сами. Вы, разумеется, не хотите попадать в неловкое положение, но и не хотите обрекать себя на одиночество, только потому, что Вашему малышу из-за недостатков в развитии требуется больше, чем обычно, времени для овладения умением есть аккуратно.

Если же Вы решили пойти в гости, постарайтесь на это время расслабиться и получить от своего визита удовольствие. Вы так же имеете право на отдых, как и всякий другой. Постарайтесь сделать всё, чтобы ребенок не досаждал окружающим его взрослым, но если Ваших родных или друзей раздражает то, как малыш ест, пусть это будет не Вашей, а их проблемой.

НЕКОТОРЫЕ ДЕТИ, ИГРАЯ С ЕДОЙ, ПРОЛИВАЮТ ЕЕ НА СЕБЯ И НА ВСЁ ВОКРУГ.

Когда Ваш ребенок проливает пищу, учась подносить ее ко рту, он делает это не специально.

Вам необходимо смириться с тем, что, пока ребенок не научится есть, пища будет роняться и проливаться, но если малыш научился ронять или бросать пищу, **чтобы привлечь к себе внимание**, то его от этого надо обязательно отучить.

Внимательно пронаблюдайте, в каких случаях он роняет или бросает пищу.

Может быть, это происходит тогда, когда малышу предлагается еда, которая ему не нравится?

Или тогда, когда он не очень голоден?

Или же тогда, когда он устал?

Или ему просто нравится смотреть, как Вы сердитесь?

Если ребенок начал ронять или бросать пищу, уберите ее. Он может начать плакать, **но Вы не уступайте.** *Через какое-то время он поймет, что всякий раз, когда он будет бросать или ронять пищу, Вы будете ее убирать. И еще через какое-то время он поймет, что Вы не собираетесь что-либо менять.*

Старайтесь покормить ребенка, пока ни Вы, ни он не слишком устали, и сохраняйте спокойствие, забирая у малыша еду, даже если он начинает волноваться, а папа или бабушка настаивают на том, чтобы Вы этого не делали.

Помните, *когда ребенок голоден, он ест, а не разбрасывает пищу во все стороны.*

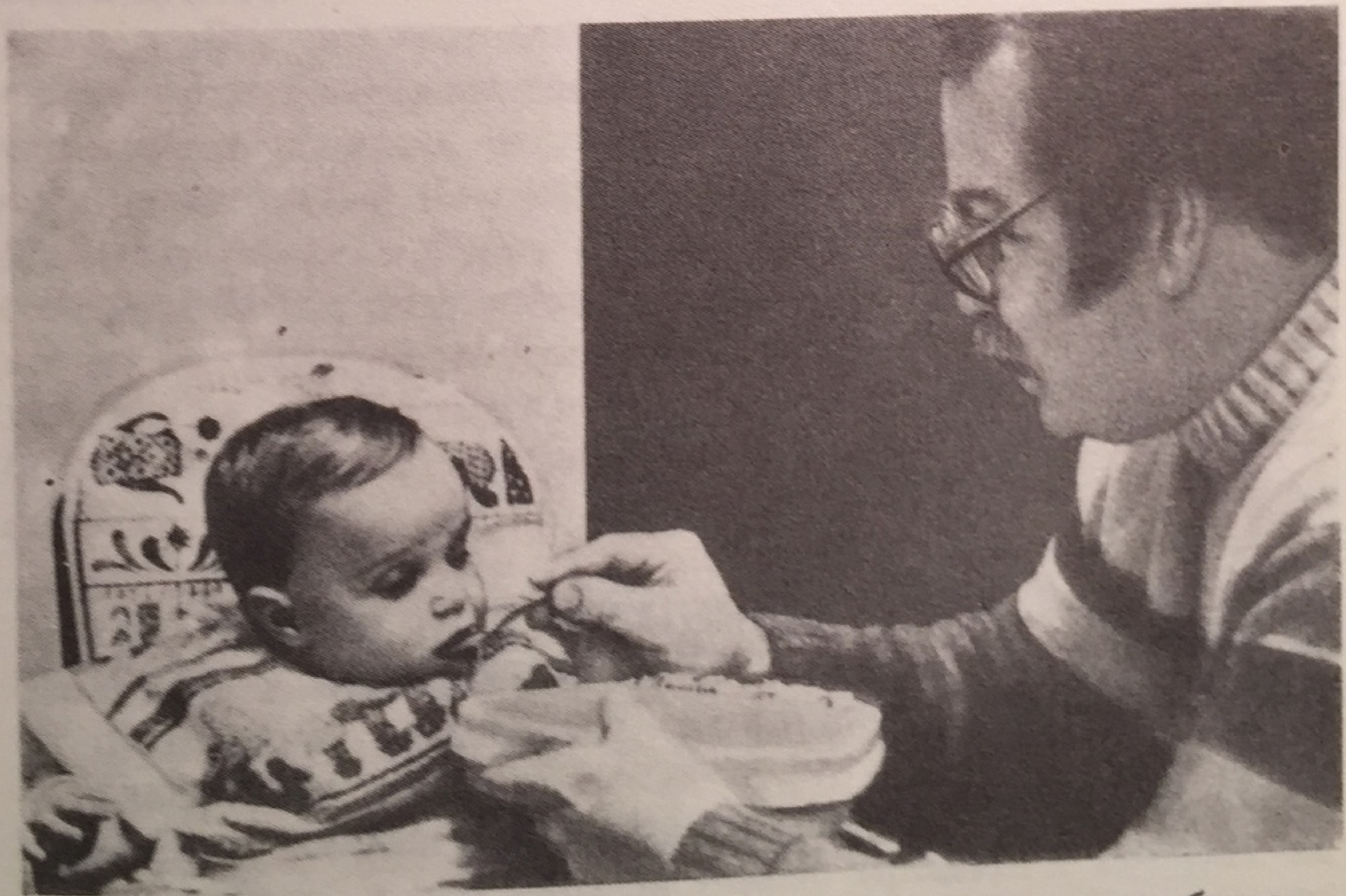
4. Некоторые малыши плохо едят, если их кормит не мать, а кто-то другой

В БОЛЬШИНСТВЕ СЕМЕЙ РЕБЕНКА КОРМИТ МАТЬ И С НЕЙ ОН ЧУВСТВУЕТ СЕБЯ ЛУЧШЕ ВСЕГО.

Когда же мать выходит на работу, то бóльшую часть дня за ребенком ухаживает кто-то другой.

Хотя кормление матерью наиболее естественно для ребенка, все же важно, чтобы ребенок научился есть, когда его кормит кто-то другой.

УМЕНИЕ ЕСТЬ, КОГДА ТЕБЯ КОРМИТ НЕ МАТЬ, А КТО-ТО ДРУГОЙ, — ВАЖНАЯ СОСТАВНАЯ ЧАСТЬ УМЕНИЯ ОБЩАТЬСЯ С ДРУГИМИ ЛЮДЬМИ.



У отца есть прекрасная возможность лучше узнать своего ребенка — время от времени кормить его

Если отец находится дома во время кормления, то ему лучше воспользоваться возможностью покормить ребенка самому.

Малыши обычно выделяют людей, которые их кормят и купают, поскольку остальных они видят в менее значимые моменты их жизни.

Чтобы малыш не пугался и не смущался, отцу или другому взрослому, который кормит ребенка вместо матери, лучше брать на руки или сажать малыша точно так же, как это делает мать, пользоваться теми же нагрудничками, ложками и той же посудой, и по возможности кормить так же, как это обычно делает мать.

Чтобы ребенок получал удовольствие от еды, и матери, и отцу необходимо превратить кормление в спокойное и хорошее времяпрепровождение.

Кормление малыша отцом позволит ему включиться в повседневную жизнь ребенка, а у матери появится возможность немного передохнуть.

5. Некоторые дети не усваивают определенные виды пищи

Возникающие у детей с недостатками развития проблемы иногда связаны с необходимостью избегать определенных видов пищи.

Некоторые малыши плохо усваивают белки или молочный сахар и поэтому не пьют натурального молока и не едят молочных продуктов. Если дети не пьют цельного коровьего молока, им следует давать молочнокислые смеси (кефир, бифиллин, ацидофильная смесь «Малютка» и т. п.).

ЕСЛИ МАЛЫШ НУЖДАЕТСЯ В СТРОГОЙ ДИЕТЕ, ОЧЕНЬ ВАЖНО, ЧТОБЫ ВЫ ЕЕ ВСЕГДА СОБЛЮДАЛИ.

Хотя у Вас может возникнуть желание дать ребенку, «лишенному» возможности есть какие-то вкусные вещи, что-нибудь из того, что ему есть не рекомендуется, Вам не следует этого делать даже ради праздника!

Малышу нелегко будет объяснить, почему еду, которую он попробовал однажды, в другой раз есть нельзя. Если же он никогда ее не пробовал, то ему этой еды и не захочется, а непривычная на вкус еда, если он ее попробовал без Вашего разрешения, может ему и не понравиться.

СЫПЬ ИЛИ ПОКРАСНЕНИЕ КОЖИ МОГУТ ВЫЗЫВАТЬ У МАЛЫША ТАКИЕ ПРОДУКТЫ, КАК

помидоры, апельсины, приправы, клубника, переслащенная пища.

Если Ваш малыш однажды покрылся сыпью, то после этого вводить в его рацион новые продукты следует не больше одного за раз. Лучше при этом записывать, какого числа Вы дали ему новый продукт, поскольку реак-

График введения в рацион ребенка новой пищи

Новая пища	Дата, когда ребенок ел ее в первый раз	Количество съеденного	Непосредственная реакция	Реакция на новую пищу в течение нескольких дней после первого приема

ция на новую пищу может проявиться лишь через несколько дней. Не начинайте давать следующий новый продукт, пока не пройдет две недели, после того как ребенок начал есть новое для него блюдо. В этом случае Вы будете точно знать, какая именно пища вызывает у малыша нежелательную реакцию.

Вам может показаться, будто подобный режим кормления приводит к однообразию в рационе Вашего ребенка, но ведь для него все виды пищи новы.

БОЛЬШИНСТВО МАЛЫШЕЙ К НОВОМУ БЛЮДУ ОТНОСЯТСЯ НЕДОВЕРЧИВО, даже если впоследствии оно им понравится.

Когда им предлагают незнакомую пищу, они обычно отодвигают ее или всем своим видом выражают недоверие.

Малыши, которые медленнее других детей осваивают навыки общения и самообслуживания, обычно с трудом привыкают к новой пище.

Но Вы вряд ли захотите, чтобы Ваш ребенок был лишен важных для нормального питания продуктов.

СНАЧАЛА УБЕДИТЕСЬ В ТОМ, ЧТО ПИЩА, К КОТОРОЙ МАЛЫШУ ТРУДНО ПРИВЫКНУТЬ, ДЕЙСТВИТЕЛЬНО ВАЖНА ДЛЯ ЕГО ЗДОРОВЬЯ.

После этого давайте ее малышу небольшими порциями в те моменты, когда он не только голоден, но и находится в хорошем настроении и когда Вы сами не устали и никуда не спешите. Давайте эти небольшие порции снова и снова, даже если ребенок к ним не притрагивается, в какой-то момент он обязательно захочет попробовать.

Предлагайте ему новое блюдо всегда спокойным и благожелательным тоном и не расстраивайтесь, если малыш отказывается его есть. Будьте доброжелательны и настойчивы, и весьма вероятно, что малыш полюбит это блюдо, поскольку оно часто предлагается ему и Ваш вид говорит о том, что это вкусно.

ЕСЛИ МАЛЫШ НАЧИНАЕТ ПОСТОЯННО ВЫПЛЕВЫВАТЬ ПИЩУ, ТО ЭТО МОЖЕТ ОЗНАЧАТЬ, ЧТО КОРМЛЕНИЕ ЕМУ ЧЕМ-ТО НЕПРИЯТНО.

Конечно, в этом случае кормление и Вам не доставит приятных минут, и не только потому, что зрелище вы-

плюнутой малышом пищи малопривлекательно, но и потому, что подобное поведение ребенка обычно расстраивает окружающих его взрослых.

Тем не менее постарайтесь сохранить спокойствие и разберитесь, в чем причина такого поведения Вашего ребенка. Возможно, малыш просто хочет есть самостоятельно.

Если у Вашего малыша нарушения в моторике (см. с. 75), т. е. движения ему даются с трудом, то поднести руку ко рту может быть для него слишком сложным занятием. В этом случае Вы можете помочь своему ребенку проявить самостоятельность, показывая еду, которую Вы собираетесь ему дать, и спрашивая, хочет ли он ее.

МАЛЕНЬКИХ ДЕТЕЙ ПРИВЛЕКАЮТ ДОВОЛЬНО СТРАННЫЕ НА ВКУС ПРЕДМЕТЫ: ГРЯЗЬ, ПЫЛЬ, ГЛИНА, ГАЛЬКА, ПЕСОК, БУМАГА, ЗУБНАЯ ПАСТА, МЫЛО, ЕДА ДОМАШНИХ ЖИВОТНЫХ И ДАЖЕ СОБСТВЕННЫЕ ИСПРАЖНЕНИЯ.

Конечно, Вы не хотите, чтобы Ваш малыш все это пробовал на вкус, однако не стоит особенно тревожиться, когда он это сделал.

Вкусовые рецепторы малыша гораздо хуже, чем у взрослых, различают разницу между пищей и всем остальным. Малыши больше реагируют на температуру и на фактуру того, что попадает в рот, вкусовые ощущения возникают позднее.

Малыши исследуют окружающие их предметы, не только трогая их рукой, но и пробуя их на вкус, поэтому они часто засовывают в рот свои игрушки и всё, что попадается им под руку.

Если ребенок засовывает предмет в рот, это не значит, что он собирается этот предмет съесть.

По-видимому, наиболее эффективный способ удержать малыша от сования в рот нежелательных предметов — убрать их от него подальше.

Если малыш все-таки засунул в рот то, что, по Вашему мнению, находиться там не должно, мягко нажмите на находящийся во рту предмет и он оттуда выпадет. Если же малыш раскусил его, то вытащите эти кусочки у него изо рта. При этом строго скажите ему, что этого делать нельзя, и дайте ему что-нибудь, что можно положить в рот.

НЕКОТОРЫЕ МАЛЫШИ, ПО ВСЕЙ ВИДИМОСТИ, МОГУТ ЕСТЬ БЕЗ КОНЦА И ЕДЯТ ВСЯКИЙ РАЗ, КАК ТОЛЬКО ИМ ПРЕДЛАГАЮТ ЧТО-НИБУДЬ СЪЕСТНОЕ.

Таким детям нравится ощущение пищи во рту и в желудке, но похоже, что они не испытывают чувства сытости, переполненности желудка.

Если Ваш ребенок таков, давайте ему столько еды, сколько Вы считаете нужным, и, как только он ее съест, приведите малыша в порядок и уберите с его глаз все съестное.

Если малыш требует еще еды, то дайте ему его любимую игрушку или займите какой-либо интересной и спокойной игрой. Улыбайтесь ему, но не идите у него на поводу, разрешая съесть еще что-нибудь.

Младенцы с избыточным весом хуже осваивают окружающий мир, поскольку им тяжело передвигаться.

Если Ваш малыш не чувствует, что он уже наелся, приучите его, съев предложенную ему еду, больше не просить поесть.

ОТ ПРОБЛЕМ КОРМЛЕНИЯ НЕОТДЕЛИМЫ ПРОБЛЕМЫ ИСПРАЖНЕНИЙ.

Испражнения — это результат работы кишечника. Если у малыша затруднены движения рук и ног, то вполне возможно, что его кишечник будет слабо работать и ребенок будет страдать запорами.

Чтобы стул был регулярным, малышу следует делать гимнастику для туловища (см. с. 23—24).

У одних малышей стул должен быть 1—3 раза в день, а другим вполне достаточно, если стул будет у них раз в 2 или 3 дня.

Регулярный стул легче наладить, если рацион питания малыша включает в себя фрукты и каши.

Если у малыша жидкий стул, проверьте по графику питания, не давали ли Вы ему в последние дни новой пищи.

Нарушения стула могут быть обусловлены и приемом лекарств.

Не старайтесь сами разобраться во всем. Посоветуйтесь о возникших у Вашего малыша проблемах питания и испражнений с наблюдающим его врачом.

У ВСЕХ МАЛЫШЕЙ ВРЕМЯ ОТ ВРЕМЕНИ ИЗО РТА ТЕЧЕТ СЛЮНА.

И у Вашего малыша временами после еды может течь слюна.

НО ЕСЛИ У МАЛЫША СЛЮНА ТЕЧЕТ ПОСТОЯННО,

если его тошнит, если ему приходится делать несколько глотательных движений подряд, прежде чем ему удастся проглотить пищу, если его рвет после еды, то это означает, что его пищевод плохо или совсем не пропускает еду и она не попадает в желудок.

Если педиатр затрудняется с диагнозом, он направит Вас к специалисту. Возможно, у Вашего ребенка непроходимость пищевода. В этом случае может потребоваться хирургическое вмешательство.

Но педиатр может Вам также показать, как держать малыша во время кормления, чтобы избежать рвоты.

В принципе, если малыша кормить в горизонтальном положении и только жидкой или полужидкой пищей, то у него скорее возникнут трудности с удержанием пищи в животе, чем с непроходимостью пищевода.

И У МАЛЫШЕЙ И У ДЕТЕЙ ПОСТАРШЕ МОЖЕТ РАЗВИВАТЬСЯ ЯЗВА,

а она также вызывает или рвоту, или обильное слюноотделение, или другие сходные с непроходимостью пищевода признаки.

6. Обезвоживание

Важно, чтобы Ваш малыш получал достаточное количество жидкости, особенно если у него был понос, рвота или если на улице очень жарко.
В этом случае ему следует часто давать пить сок и воду. Если потери воды организмом превысят количество потребляемой ребенком жидкости, то снизится выработка необходимых для нормальной жизнедеятельности слизи, лимфы и других тканевых жидкостей.
Особенно важно, чтобы организм получал достаточное количество жидкости в том случае, если малыш принимает какое-либо лекарство.

Если у ребенка понос или рвота, то одного увеличения приема жидкости еще недостаточно, необходимо посоветоваться с врачом относительно диеты, в которой в это время нуждается Ваш малыш. Обратитесь к врачу и в том случае, если даваемая малышу жидкость не задерживается в его организме. Следует при этом помнить, что насыщенные углекислотой напитки организму удержать легче, чем, скажем, молоко.
Помните также, что если организм Вашего малыша не пополняется достаточным количеством жидкости, то может наступить обезвоживание.

7. Если Ваш ребенок должен принимать лекарство

Если малышу прописано лекарство, то соблюдайте рекомендации врача. Очень важно, чтобы малыш получал не больше и не меньше лекарства, чем это требуется, и в то время, когда его действие наиболее эффективно.

НИКОГДА НЕ УВЕЛИЧИВАЙТЕ САМИ ПРЕДПИСАННУЮ ВРАЧОМ ДОЗУ ЛЕКАРСТВА.

Если ожидаемого улучшения после приема лекарства не наступает, **обратитесь к врачу,**

и он решит, сможет ли помочь увеличение дозы.

Тщательно соблюдайте дозировку при приеме лекарства, но, если после его приема малыш покрылся сыпью или стал чрезмерно беспокойным, сразу же вызовите врача.

Иногда предписанные врачом лекарства могут давать и такие побочные эффекты, как

- вялость или сонливость большую часть дня,
- легкую возбудимость и капризность,
- трудное засыпание,
- потерю аппетита,
- отказ от питья,
- чрезмерный аппетит,
- тошноту,
- поносы или запоры.

Некоторые лекарства могут давать и более длительные побочные эффекты, такие, как

- воспаление десен, их разрастание,
- отек лица и шеи.

Надо сразу поставить в известность лечащего врача об этих последствиях, времени их появления и степени выраженности, и он посоветует, что надо предпринять, чтобы они прошли.

Иногда побочные эффекты возникают из-за того, что к моменту назначения нового препарата малыш уже принимает то или иное лекарство, и смешение этих препаратов в организме приводит к нежелательным реакциям.

ВСЕГДА СООБЩАЙТЕ ВРАЧУ О ТЕХ ЛЕКАРСТВАХ, КОТОРЫЕ ВАШ МАЛЫШ УЖЕ ПРИНИМАЕТ. Делайте это и в том случае, если лекарство прописал другой врач или если Вы считаете, что купленное Вами в аптеке лекарство, например от кашля, никаких побочных эффектов иметь не может. Взаимодействие двух препаратов может вызвать весьма серьезные нарушения в организме малыша.

Вас могут беспокоить некоторые особенности сна малыша

Поскольку младенцы в основном спят очень много, естественно думать, что способность спать присуща ребенку от рождения.

ОДНАКО ЭТО НЕ ТАК, МАЛЫШ ОБУЧАЕТСЯ ТОМУ, КАК, КОГДА И СКОЛЬКО ЕМУ СПАТЬ.
Периоды сна и бодрствования должны чередоваться.
У новорожденных и младенцев эти периоды почти одинаковы и каждый длится всего несколько часов.
Взрослый же дольше бодрствует, но и дольше спит.
По мере роста периоды сна и бодрствования ребенка все больше приближаются к тому, как спит и бодрствует взрослый. Некоторые из особенностей сна младенца, которые чаще всего волнуют родителей, связаны с кратковременностью периодов сна и бодрствования.

НО ЕСТЬ ОСОБЕННОСТИ, ОТНОСЯЩИЕСЯ ТОЛЬКО КО СНУ МАЛЫШЕЙ.
Одни малыши слишком чутки к звукам и к температуре окружающего воздуха и просыпаются при каждом звуке и каждом изменении температуры.
Другие засыпают только в собственной кроватке.
Третьи чутко реагируют на настроение окружающих и не могут уснуть, если родители раздражены или чем-то взволнованы.
Малыш легче заснет и дольше проспит в том случае, если его родители спокойны и не выказывают сомнений в том, что ребенок уснет.

Одни малыши с трудом переходят на более длительные периоды сна и бодрствования, и поэтому даже ночью они просыпаются.

Другие засыпают, только когда их укачивают, не только потому, что они в этом случае успокаиваются, но и потому, что Вы сами расслабляетесь.

Третьи малыши засыпают, лишь немного покачавшись взад и вперед или несколько раз подряд подняв и опустив голову на подушку.

Такое поведение может быть вызвано тем, что малыш с помощью подобных движений научился расслабляться (см. также в разделе «Проблемы здоровья» тему 2, с. 20—22).

1. Если малыш плохо засыпает, родители иногда берут его в свою постель

ТАКАЯ ПРАКТИКА ВРЕДНА ДЛЯ МАЛЫША, ДА И РОДИТЕЛЯМ ТОЛЬКО ПРИБАВЛЯЕТ ХЛОПОТ.

Беря ребенка спать к себе, родители не только лишают себя возможности побыть друг с другом наедине, но они как бы говорят малышу, что знают, что он будет плохо спать и что его сон зависит от них.

2. Некоторым малышам очень трудно наладить режим сна

Бывает, что Вы кормите малыша, а он, перестав сосать, засыпает, но, как только Вы кладете его в кроватку, он просыпается. Это может означать, что усилия, которые ребенок тратит на сосание, оказались чрезмерными и от усталости он заснул.
В этом случае Вам следует посоветоваться с наблюдающим ребенка врачом и потренировать мышцы рта малыша (см. в разделе «Питание» тему 1, с. 44—49).
Начинайте кормить малыша, когда он еще не слишком утомился, а если он уснул во время кормления, осторожно разбудите его, чтобы он получше поел.
Ведь если он побольше поест, то сможет подольше поспать.
Если малыш днем спит, а ночью бодрствует, попробуйте не укладывать его днем спать и на какое-то время чем-либо займите его.
Когда же Вы будете укладывать его на ночь, устройте его поудобнее, и если он проснется, то не зажигайте свет и не берите его на руки, заслышав его хныканье.

МНОГИЕ ДЕТИ С НЕДОСТАТКАМИ РАЗВИТИЯ СПЯТ ОЧЕНЬ ЧУТКО И ЛЕГКО ПРОСЫПАЮТСЯ.
Иногда во время болезни малышу приходится делать или прохладный компресс, чтобы снизить температуру (см. в разделе «Проблемы здоровья» тему 5, с. 28—31), или клизму, или какую-либо другую процедуру, нарушающую его покой.
В подобных случаях, чтобы малыш успокоился и заснул, его лучше взять на руки или немного покачать.
При этом важно брать на руки или укачивать малыша, только если он плохо себя чувствует и действительно болен.

Малыш может привыкнуть к укачиванию даже за один или два дня.
Более здоровый ребенок не испытывает потребности в постоянном укачивании, однако малыш с недостатками развития легко может привыкнуть к такому контакту со взрослым и его сон будет сильно зависеть от этого.

Если ночью малыш слишком беспокоен, лучше, если один из родителей станет спать рядом с малышом, но ни в коем случае не следует класть его в свою постель.
Даже дети с недостатками развития не нуждаются в том, чтобы мать или отец все время спали с ними в одной комнате.

3. Некоторые малыши с трудом засыпают

Некоторые младенцы с недостатками развития могут часами лежать в кроватке, смотреть в потолок и не подавать голоса. Поэтому очень важно наблюдать за ребенком в течение дня и, когда он не спит, перенести его в место, где жизнь течет не столь однообразно.

Если малыш только лежит в своей кроватке, он не сможет познакомиться с другими людьми и не научится с ними общаться.

КЛАДИТЕ МАЛЫША В КРОВАТКУ ЛИШЬ ТОГДА, КОГДА ОН ОБЫЧНО СПИТ ИЛИ КОГДА ЕМУ НАДО СПАТЬ.

КРОВАТКУ ЛУЧШЕ НЕ ИСПОЛЬЗОВАТЬ В КАЧЕСТВЕ МАНЕЖА ДЛЯ ИГР ИЛИ КАК БЕЗОПАСНОЕ МЕСТО, КУДА МОЖНО ПОСАДИТЬ МАЛЫША, ПОКА ВЫ ЗАНИМАЕТЕСЬ СВОИМИ ДЕЛАМИ.

Безопасное место или манеж для игр обязательно надо устроить, но расположить его лучше в той части дома, откуда малыш сможет наблюдать за занятиями членов семьи.

Нередко дети с недостатками развития умеют засыпать только в собственной кроватке.

Эта проблема может возникать у всех малышей, однако чаще всего она возникает тогда, когда день ребенка оказался перенасыщенным событиями и впечатлениями, в этих случаях малыши чувствуют себя достаточно комфортно лишь в собственной кроватке и под своим одеяльцем.

Если Вы берете малыша с собой и он будет вынужден поспать вне дома, имеет смысл захватить с собой его постельные принадлежности.

Желательно так устраивать свои дела, чтобы в периоды каких-то чрезвычайных событий в жизни малыша ему не приходилось спать в незнакомой комнате и не на своей кроватке. Вместе с тем крайне важно, чтобы он научился спать и вне дома.

Постарайтесь приучить его спать вне дома, прежде чем в этом появится необходимость. Попробуйте переночевать с ним у близких или родных. Как правило, охотно принимают в своем доме бабушка и дедушка, проявляя при этом достаточно терпения. Скорее всего, первый раз ночуя в новом месте, Ваш малыш будет нервничать. Не теряйте терпения и через какое-то время еще раз попробуйте переночевать в гостях.

Если Вы не приучите малыша спокойно спать вне дома, то Вы и Ваша семья без всякой на то необходимости не сможете проводить свой отпуск вне дома. Оставаться дома только из-за того, что малыш не может спать где-то в другом месте, крайне неразумно.

ЧАСТО МАЛЫШИ ЛЕГКО ЗАСЫПАЮТ В МАШИНЕ. И ИНОГДА РОДИТЕЛИ СПЕЦИАЛЬНО БЕРУТ СВОЕГО РЕБЕНКА НА ПРОГУЛКУ В АВТОМОБИЛЕ, ТОЛЬКО ЧТОБЫ ОН ПОСПАЛ.

Помимо того что подобная практика требует много времени, она крайне обременительна и для ребенка.

Более эффективным, приводящим к усталости и засыпанию малыша способом являются прогулки перед сном и различные тихие игры.

При этом важно, чтобы эти игры не слишком возбудили ребенка, в противном случае ему будет трудно расслабиться и заснуть.

Хотя неожиданный приход гостей или неотложные дела временами будут приводить к нарушениям режима, все же имеет смысл установить малышу определенное время для сна и стараться его придерживаться.

Ребенок с недостатками развития нуждается в том, чтобы по возможности ложиться спать в одно и то же время и в одном и том же месте.

Малыш приучится легко засыпать, если каждый вечер его будут укладывать в его кроватку в одно и то же время и с какой-нибудь игрушкой.

Желательно, чтобы непосредственно перед сном малыш играл в одну и ту же игру или в похожие игры. Особенно хорошо, если в это время с ним поиграет папа.

4. Некоторые родители начинают волноваться, когда их малыш спит или слишком часто, или чересчур долго

Если ребенок не просыпается в обычное время, то вполне естественно проверить, не заболел ли он.

Если малыш всегда ложился спать и просыпался в одно и то же время и его режим никак не был нарушен, то стоит осторожно разбудить его, покормить и провести остаток дня, как обычно.

Если же режим малыша был нарушен:

а) болезнью, то заболевший ребенок нуждается в большем отдыхе;

б) отсутствием матери или того, кто обычно ухаживает за малышом, то он из-за этого нервничал и поэтому нуждается в дополнительном сне;

в) поездкой всей семьи, то после поездки дополнительный отдых нужен всем, а маленьким детям особенно;

г) приходом гостей, то возбуждение часто вызывает усталость;

д) очень холодной или очень жаркой погодой, то физический дискомфорт, ощущаемый в это время, может вызвать усталость.

Каждая из этих ситуаций вполне естественна и обычна, и вряд ли имеет смысл ограждать своего ребенка от тягот повседневной жизни (ведь даже детские болезни в чем-то полезны, так как помогают малышу выработать иммунитет против инфекционных заболеваний). Но после каждой такой ситуации малыш нуждается в дополнительном отдыхе, и ему надо это обеспечить.

НЕКОТОРЫЕ МАЛЫШИ ЗАСЫПАЮТ, ЕСЛИ ИМ СКУЧНО ИЛИ ОНИ НЕ МОГУТ ПОНЯТЬ, ЧТО ОТ НИХ ХОТЯТ.

Во сне наш организм расслабляется, поскольку внимание отключено.

Иногда малыши, которые плохо видят или слышат, с трудом воспринимают происходящее, и, поскольку им нелегко понять, что им следует делать, они засыпают, как бы отключаясь от вызвавшей у них замешательство ситуации.

Если Вы заметили, что малыш засыпает, когда у Вас гости, или во время прогулок с Вашими друзьями, или в моменты, когда Вы разговариваете с кем-то из взрослых, или в других приятных для Вас ситуациях, постарайтесь взглянуть на происходящее глазами ребенка.

Вполне вероятно, что в подобных ситуациях Вы не уделяете ему того внимания, к которому Ваш малыш привык, и он не может понять, что происходит, или не знает, как привлечь к себе Ваше внимание.

Разумеется, отказываться от доставляющих Вам удовольствие ситуаций неразумно, однако Вы можете улучшить самочувствие малыша, если во время разговора, или прогулок с друзьями, или посещения магазинов, следя за своим ребенком краешком глаза, будете время от времени обращать его внимание на наиболее интересное из того, что встречается на пути.

Можно также оставить малыша с кем-то из окружающих Вас взрослых, разумеется если Вы доверяете этому человеку, и постараться развлечься.

ИНОГДА МАЛЫШЕЙ ПРИХОДИТСЯ ВО ВРЕМЯ СНА ПЕРЕВОРАЧИВАТЬ ИЛИ УКРЫВАТЬ.

Поскольку родителям ребенка с недостатками развития нужно соблюдать особую осторожность в обращении с ним, для них вполне естественно проверить, когда малыш спит, всё ли у него в порядке.

Если Вы решили убедиться, насколько хорошо Ваш малыш спит, то сделайте это так, чтобы своими действиями не растревожить его, постарайтесь не включать свет, не говорите громко и не делайте резких движений, когда начнете переворачивать малыша.

Если у Вашего малыша церебральный паралич или если ему трудно менять позу во время сна по другим причинам, то имеет смысл 2—3 раза за ночь (и 1—2 раза во время дневного сна), осторожно подойдя к нему, перевернуть его с одного бока на другой или с животика на бочок. Педиатр покажет Вам наиболее благоприятные для сна позы и скажет, как часто Вам стоит переворачивать спящего малыша.

ИЗМЕНЕНИЕ РЕЖИМА СНА.

По мере того как ребенок растет, уменьшается его потребность в сне.

Однако это уменьшение происходит **постепенно** и оказывает на режим сна незначительное влияние.

Необходимость в резком изменении режима не возникает никогда.

Если Вы хотите что-либо изменить в режиме сна малыша, делайте это постепенно.

Если Вы хотите переставить в комнате мебель, начинайте со стульев и с предметов, которые не привлекают особого внимания малыша, затем постепенно переставляйте остальную мебель. Не стоит одновременно с перестановкой мебели менять постельные принадлежности малыша.

Если старое одеяло малыша и игрушка, с которой он спит, износились, сначала дайте ему привыкнуть к еще одной игрушке, а затем, через несколько дней или даже недель, уберите износившуюся игрушку. То же самое сделайте и с износившимся одеялом. Всегда заменяйте не больше одной вещи, делайте это постепенно. Привыкать к подобным изменениям даже взрослым бывает сложно, а детям это делать еще сложнее. Проблемным же детям — особенно.

IV

Вас могут беспокоить особенности развития малыша, связанные с его умением управлять своим телом

1. Некоторые малыши апатичны и мало двигаются

ВРАЧИ ГОВОРЯТ В ЭТОМ СЛУЧАЕ О «ПОНИЖЕННОМ ТОНУСЕ».

Это означает, что мышцы малыша настолько слабы, что их напряжение недостаточно, чтобы сохранить нужную позу.

ЕСЛИ ТАКОГО МАЛЫША ПОДНЯТЬ, ТО ЕГО РУЧКИ И НОЖКИ ПОВИСНУТ КАК ПЛЕТИ, А ГОЛОВА БУДЕТ КЛОНИТЬСЯ ТО В ОДНУ, ТО ДРУГУЮ СТОРОНУ.

Малыша, который не может держать свои руки, ноги, голову в определенном положении, купать, одевать и кормить очень трудно.

Когда Вы пытаетесь его посадить, его тело наклоняется, и малыш валится на бок.

Когда Вы пытаетесь поставить его на ноги, то ноги начинают подгибаться.

Чтобы малыш научился управлять своим телом, ему необходимо ощутить, что части его тела движутся.

Он нуждается в движениях, которые помогли бы ему лучше ощутить свое тело.

ВЫ ПОМОЖЕТЕ СВОЕМУ МАЛЫШУ СТАТЬ АКТИВНЕЕ, ЕСЛИ, БЕРЯ НА РУКИ, БУДЕТЕ УЧИТЬ ЕГО ПОДЛАЖИВАТЬСЯ К ВАШИМ ДВИЖЕНИЯМ.

Подняв малыша вверх, повращайте его из стороны в сторону.

Погладьте и пощекочите его.

Разговаривайте с ним.

Пусть малыш поиграет в ванночке с водой.

Пусть он трогает вещи разного цвета и с разной фактурой.

Спойте ему.

При прогулке с ним дайте ему немного походить в специальном приспособлении для обучения ходьбе маленьких детей.

Покачайте своего малыша на качелях.

Привлекайте его внимание яркими и издающими звуки игрушками.

ОБЫЧНО ЭТИ ДЕЙСТВИЯ НАЗЫВАЮТСЯ СТИМУЛЯЦИЕЙ РЕБЕНКА.

Педиатр и специалист по лечебной физкультуре посоветуют Вам, какого рода упражнения наиболее подходят Вашему ребенку, сделают его мышцы более упругими.

Кроме того, Вам может пригодиться следующая книга:

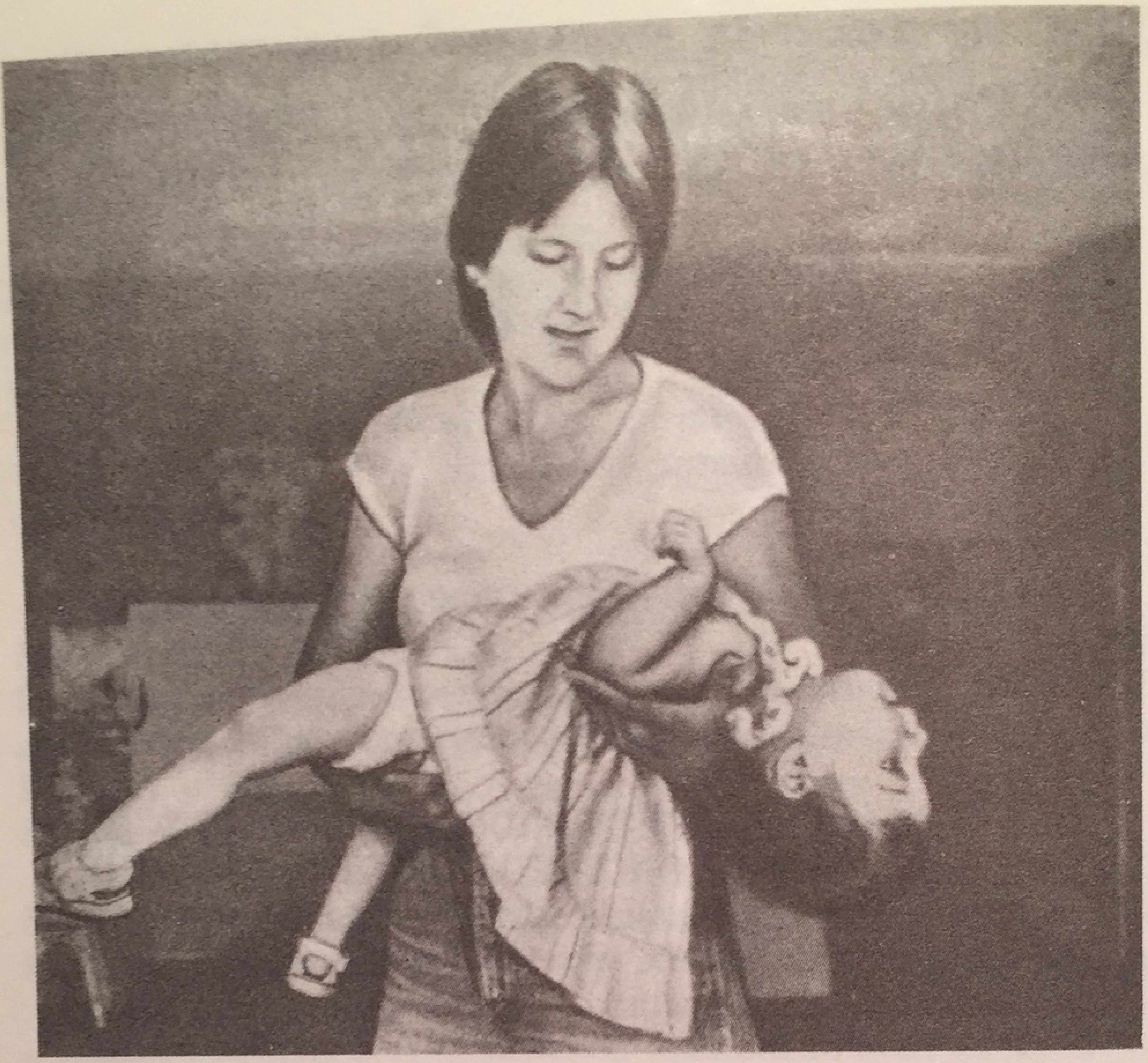
Р. Д. Бабенкова, М. В. Ипполитова, Е. М. Мастюкова. Воспитание детей с церебральным параличом в семье. Москва: Просвещение, 1981.

2. У некоторых малышей мышцы настолько напряжены, что конечности ребенка не могут сгибаться в суставах

ВРАЧИ ГОВОРЯТ В ЭТОМ СЛУЧАЕ О ПОВЫШЕННОМ ТОНУСЕ.
Это означает, что мышцы малыша с трудом расслабляются и препятствуют сгибательным движениям его тела.

ПОДВИЖНОСТЬ СУСТАВОВ ДОСТИГАЕТСЯ С ПОМОЩЬЮ РАСПОЛОЖЕННЫХ ВОКРУГ МЫШЦ.
У некоторых малышей движения затруднены из-за того, что их мышцы все время чрезмерно напряжены.
У малыша, чьи мышцы плохо расслабляются, руки и ноги часто непроизвольно вытягиваются, голова откидывается назад, а все тельце как бы одеревеневает. Малыш в этом состоянии не может ни повернуться, ни наклониться, ни пошевелить рукой или ногой.
Существуют специальные приемы, помогающие снять чрезмерное напряжение мышц. Когда Вы их освоите, Вам станет легче одевать малыша, кормить его и купать.
Обо всем комплексе упражнений и процедур, в которых нуждается Ваш малыш, Вам расскажет педиатр или специалист по лечебной физкультуре.

СУСТАВЫ И МЫШЦЫ МАЛЫША РАЗВИВАЮТСЯ И РАСТУТ, НО ЕСЛИ ОНИ НЕ ТРЕНИРУЮТСЯ, ТО МЫШЦЫ СЛАБЕЮТ, А СУСТАВЫ ТЕРЯЮТ СВОЮ ПОДВИЖНОСТЬ ИЛИ ДЕФОРМИРУЮТСЯ.
Чтобы этого не произошло, с малышом необходимо делать соответствующие физические упражнения. Если тело малыша не может само производить нужные движения, то Ваша задача помочь малышу научиться управлять частями своего тела.
Педиатр или специалист по лечебной физкультуре покажут Вам, как следует держать малыша и как должно



двигаться его тело, чтобы суставы сгибались и могли нормально развиваться, не теряя своей подвижности.

ДЛЯ НОРМАЛЬНОГО РАЗВИТИЯ УПРАЖНЕНИЙ ДЛЯ ДВИЖЕНИЯ РУК И НОГ НЕДОСТАТОЧНО. Туловище малыша тоже должно развиваться нормально, но, если малыш не освоит движения туловища, пользы от упражнений рук и ног будет немного. *Поскольку тело малыша постоянно растет, упражнения по освоению движений надо делать при каждом удобном случае. Купая, одевая и кормя малыша, не забывайте о тренировке его рук, ног, его тельца. Очень важно начать такую тренировку в первые месяцы жизни малыша, на первом году его жизни, когда организм растет и развивается наиболее интенсивно.*

ЕСЛИ ВЫ СТАНЕТЕ БРАТЬ СВОЕГО РЕБЕНКА НА РУКИ, ТАК ЖЕ КАК БЕРУТ ОБЫЧНЫХ ДЕТЕЙ, ТО ЕГО ТЕЛО МОЖЕТ НЕОЖИДАННО ОДЕРЕВЕНЕТЬ В ПОЗЕ ТИПА ТОЙ, В КАКОЙ ЗАМЕР РЕБЕНОК НА

ПРИВЕДЕННОЙ НА ЭТОЙ СТРАНИЦЕ ФОТОГРАФИИ.

Глядя на эту позу, можно подумать, что ребенок сопротивляется тому, чтобы его брали на руки. На самом же деле он, вероятно, настолько обрадовался, оказавшись на руках у взрослого, что от возбуждения мышцы его перенапряглись.

Так будет происходить всякий раз, если, беря на руки ребенка, Вы не научитесь правильно обращаться с ним.

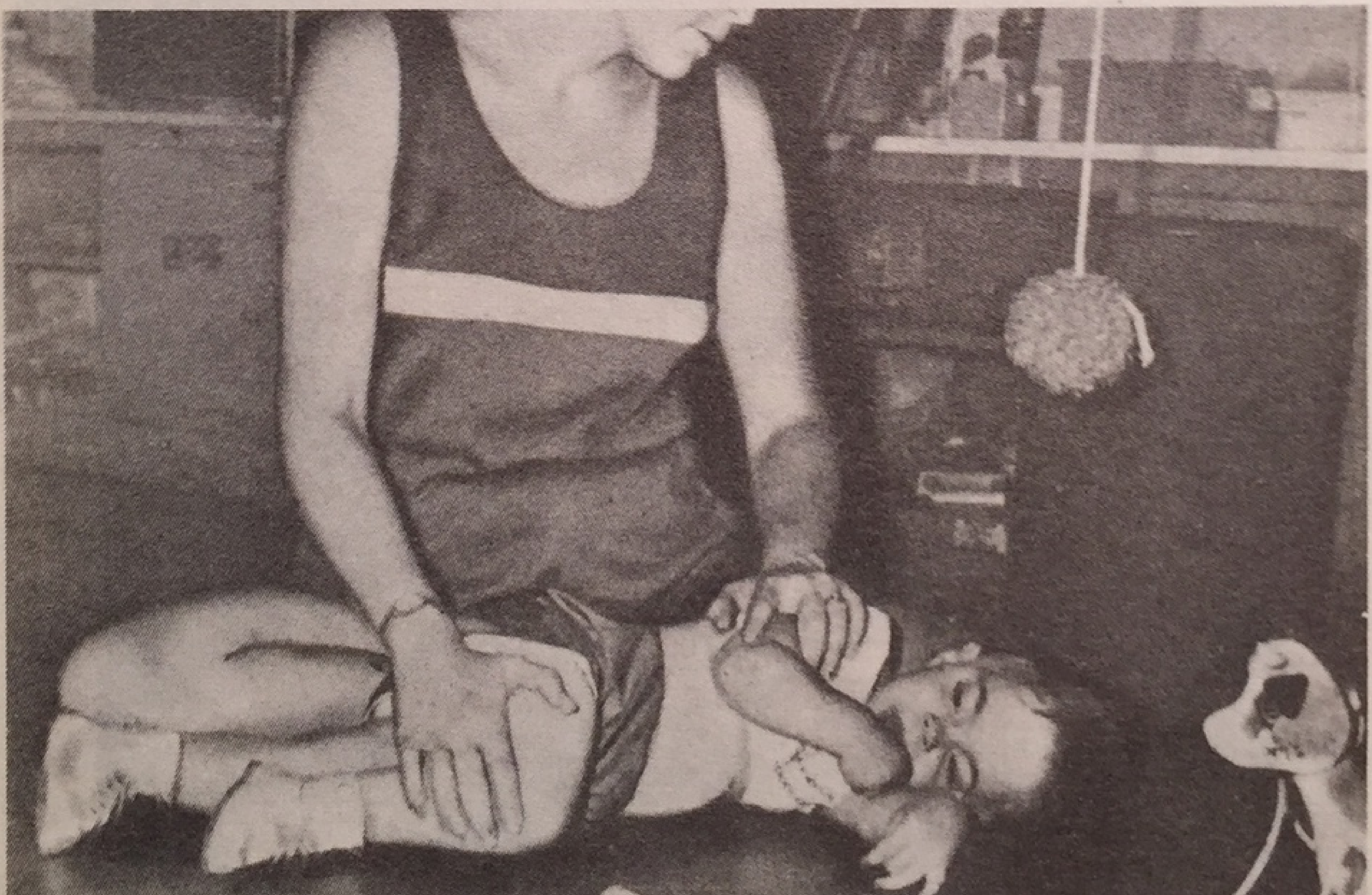
ПРИБЛИЖАЯСЬ К МАЛЫШУ, ОБЯЗАТЕЛЬНО ГОВОРИТЕ С НИМ.

Прежде чем взять малыша на руки или дотронуться до него, негромко и доброжелательно скажите ему, что сейчас Вы возьмете его на руки или приласкаете его.

Ваши руки должны быть достаточно теплыми. Если они холодны, согрейте их, потерев об одежду.

Ваше прикосновение к малышу должно быть мягким, но хорошо ощутимым, легкое прикосновение плохо распознается малышами с нарушениями в двигательной сфере, может их напугать, что спровоцирует одеревенение тела ребенка или даже падение на пол.
Взяв ребенка на руки, держите его уверенно, чтобы он не боялся упасть или выскользнуть из Ваших рук.
Возьмите ребенка на руки так, чтобы его руки и ноги оказались согнутыми, а голова наклонена вперед, для этого обхватите его одной рукой за плечи, а другой держите его под коленками (см. фотографию).

Чтобы предупредить перенапряжение мышц, полезно переворачивать малыша с боку на бок.
В положении лежа на боку выпрямите ему спину, наклонив его голову вперед, ноги согните в коленях, а ладони его рук поместите перед лицом (см. фотографию).
Под голову лучше подложить небольшое, свернутое в жгут одеяло или полотенце, а находящуюся сверху



ножку малыша положить или на свою ногу, или на какой-нибудь невысокий предмет.

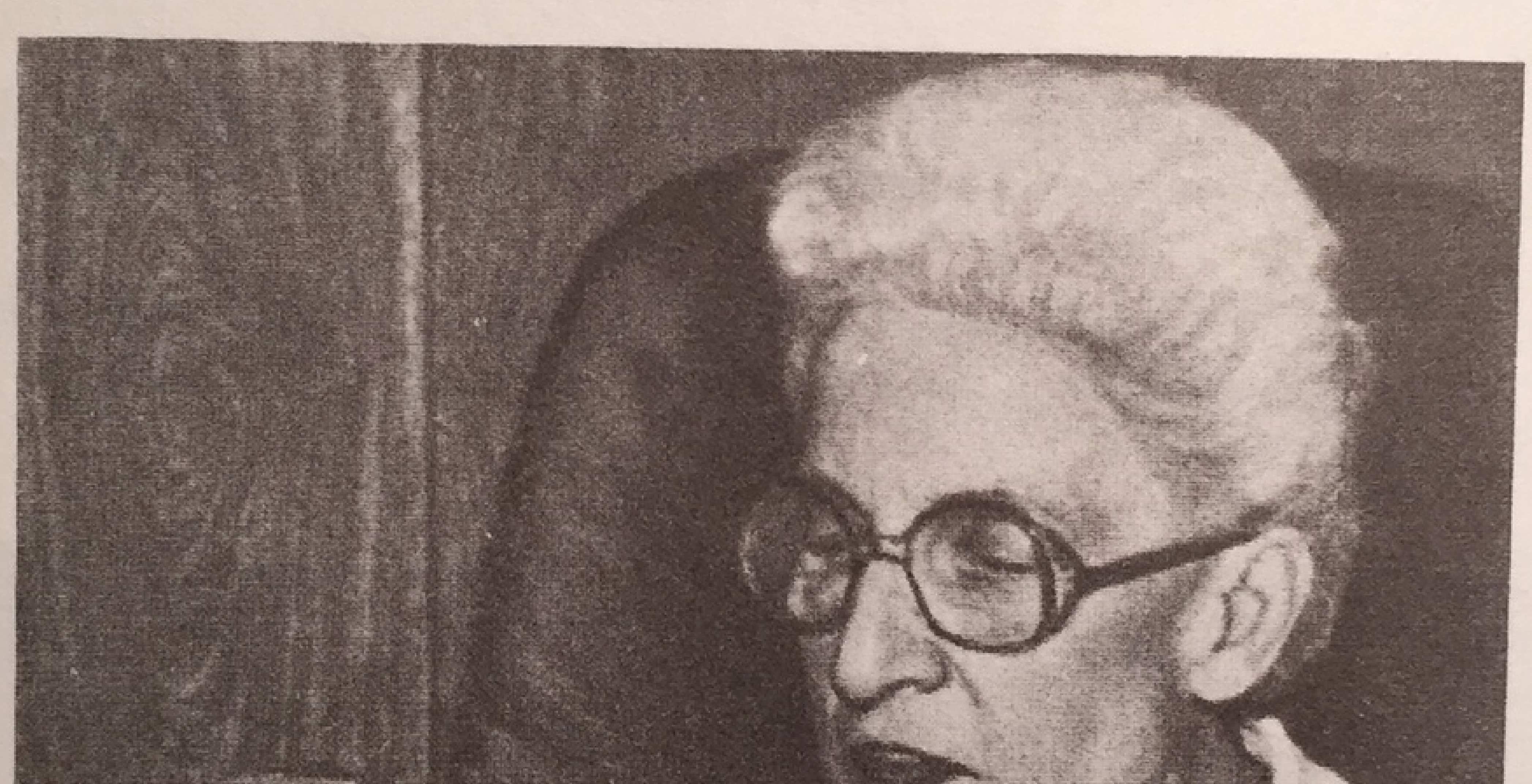
Поза лежа на боку — одна из наиболее важных для малыша поз. **Когда части тела согнуты, вероятность перенапряжения мышц значительно уменьшается.**
Прежде чем брать малыша на руки, Вам, может быть, следует положить его набок в описанную выше позу, а затем, поддерживая его головку наклоненной вперед, а колени согнутыми, поднять его на своих руках.

Если тельце малыша напряглось, Вам придется приложить достаточно усилий, чтобы придать ногам согнутое положение, а голову наклонить вперед.

Прежде чем одеть или накормить малыша, Вы также можете положить его набок.
Спать, лежа на боку, также полезно Вашему малышу.
Ваш малыш может предпочитать лежать на одном и том же боку.
НО ЧТОБЫ ЕГО ТЕЛО РАЗВИВАЛОСЬ СИММЕТРИЧНО, ОН ДОЛЖЕН ПРОВОДИТЬ В ПОЗЕ ЛЕЖА НА

ОДНОМ БОКУ ПРИМЕРНО СТОЛЬКО ЖЕ ВРЕМЕНИ, СКОЛЬКО И В ПОЗЕ ЛЕЖА НА ДРУГОМ БОКУ.
Поэтому Вы должны следить за тем, чтобы на менее предпочитаемом боку малыш лежал приблизительно в половине случаев.

Если тельце Вашего малыша неожиданно деревенеет, когда ребенка берут на руки,
ТО ДЕДУШКУ С БАБУШКОЙ ИЛИ ДРУГИХ ВЗРОСЛЫХ ПОДОБНАЯ РЕАКЦИЯ РЕБЕНКА МОЖЕТ ПУГАТЬ, А ВЫ БУДЕТЕ ВОЛНОВАТЬСЯ, ОСТАВЛЯЯ МАЛЫША С НИМИ.
Поэтому, когда Вы научитесь правильно обращаться с МАЛЫШОМ, ВАЖНО ПОКАЗАТЬ, КАК ЭТО НАДО



ДЕЛАТЬ, БАБУШКЕ И ДЕДУШКЕ, А ТАКЖЕ ВСЕМ БЛИЗКИМ ВАШЕМУ МАЛЫШУ ВЗРОСЛЫМ. В ЭТОМ СЛУЧАЕ ЕГО КОНТАКТЫ С ДРУГИМИ ЛЮДЬМИ НЕ БУДУТ ОГРАНИЧЕННЫМИ И ОН НАУЧИТСЯ ОБЩАТЬСЯ С НИМИ.

Когда кто-то из окружающих остается сидеть с ребенком вместо Вас, **покажите ему, что нужно сделать, чтобы Ваш малыш принял позу лежа на боку.**

И пусть он попробует положить малыша в эту позу, пока Вы рядом и можете помочь.

Если никто из окружающих Вас взрослых не научится правильно обращаться с Вашим ребенком, то Вы окажетесь незаменимы и не сможете оставлять его на попечении других людей, лишив своего малыша возможности пообщаться с другими людьми, а окружающие близкие, не зная его достаточно хорошо, не сумеют наладить контакты с ним.

Вы же окажетесь настолько зависимы от своего ребенка, что

ВАШИ ВОЗМОЖНОСТИ ОТДОХНУТЬ И РАССЛАБИТЬСЯ, ЧТОБЫ ВОССТАНОВИТЬ СВОИ СИЛЫ И ПОДНЯТЬ НАСТРОЕНИЕ, РЕЗКО УМЕНЬШАТСЯ.

Когда малыш освоил позу лежа на боку и сам может принять ее,

следует помочь ему научиться другим позам. Следующей является поза сидя на боку.

ОБУЧЕНИЕ ЭТОЙ ПОЗЕ НАЧИНАЕТСЯ С ТОГО, ЧТО ИЗ ПОЛОЖЕНИЯ ЛЕЖА НА БОКУ ВЫ ПРИПОДНИМАЕТЕ МАЛЫША ЗА ПЛЕЧИ ТАК, ЧТОБЫ ОН СМОГ ОПЕРЕТЬСЯ НА ЛОКОТЬ НАХОДЯШЕЙСЯ ВНИЗУ РУКИ.

Убедитесь в том, что предплечье и плечо руки составляют прямой угол. Такая поза называется лежа на боку с опорой.

ВЕРОЯТНЕЕ ВСЕГО, ОДНА ИЗ РУК ВАШЕГО МАЛЫША ОКАЖЕТСЯ БОЛЕЕ СИЛЬНОЙ И ИМЕННО НА НЕЕ ОН БЫСТРЕЕ НАУЧИТСЯ ОПИРАТЬСЯ.

Конечно, проще обучать малыша позе сидя на боку из того положения лежа на боку с опорой, которое он уже освоил.

ОДНАКО, ЕСЛИ ВЫ БУДЕТЕ ТАК ДЕЛАТЬ, СИЛЬНАЯ РУКА МАЛЫША ЕЩЕ БОЛЕЕ УКРЕПИТСЯ, А СЛАБАЯ НЕ РАЗОВЬЕТСЯ.

ПОЭТОМУ СПЕЦИАЛЬНО СЛЕДИТЕ ЗА ТЕМ, ЧТОБЫ МАЛЫШ В ПОЛОЖЕНИИ ЛЕЖА НА БОКУ ОПИРАЛСЯ ТО НА ОДНУ, ТО НА ДРУГУЮ РУКУ.

КОГДА МАЛЫШ НАУЧИТСЯ ОПИРАТЬСЯ НА ПРЕДПЛЕЧЬЯ ОБЕИХ РУК, ПОСТЕПЕННО ПРИПОДНИМАЯ ПРЕДПЛЕЧЬЕ, УМЕНЬШАЙТЕ ПЛОЩАДЬ ОПОРЫ (КАК ЭТО ДЕЛАЕТСЯ, ВИДНО НА ФОТОГРАФИИ).

Постепенно малыш должен научиться сидеть и сохранять равновесие с повернутыми в одну сторону ногами, опираясь на кисть руки.
Проследите, чтобы малыш практиковался в сидении на боку, опираясь на кисть то одной, то другой руки.

ТОТ БОК, СИДЕНИЕ НА КОТОРОМ ДАЕТСЯ ВАШЕМУ МАЛЫШУ С БОЛЬШИМ ТРУДОМ, НЕОБХОДИМО АКТИВНЕЕ ТРЕНИРОВАТЬ, ЧТОБЫ МЫШЦЫ ЭТОЙ СТОРОНЫ ТЕЛА РАЗВИВАЛИСЬ И СТАНОВИЛИСЬ КРЕПЧЕ.

Более слабая сторона тела не окрепнет, если малыш не будет сидеть соответствующим боком, поэтому чаще сажайте его на этот бок,

ДАЖЕ ЕСЛИ МАЛЫШУ ЭТО НЕ НРАВИТСЯ, А ВАМ ЭТО ДОСТАВЛЯЕТ ЛИШНИЕ ХЛОПОТЫ.

Поскольку у детей с повышенным мышечным тонусом тело легко напрягается и выпрямляется, кажется, что их проще научить стоять и ходить, не обучая сидению.

НО ЧТОБЫ ХОДИТЬ, РЕБЕНОК ДОЛЖЕН УМЕТЬ ДОСТАТОЧНО ХОРОШО УПРАВЛЯТЬ СВОИМ ТЕЛОМ И ДЕРЖАТЬ РАВНОВЕСИЕ, А ДЛЯ ЭТОГО ЕМУ НЕОБХОДИМО УМЕТЬ СГИБАТЬСЯ И РАЗГИБАТЬСЯ, РАСПРЯМЛЯТЬСЯ, КООРДИНИРОВАТЬ ДВИЖЕНИЯ РАЗЛИЧНЫХ ЧАСТЕЙ ТЕЛА.

Малышу необходимо сначала научиться сидеть, чтобы уметь поддерживать равновесие, без которого он не сможет учиться самостоятельно одеваться и есть.

ЕСЛИ ВЫ БУДЕТЕ ТЕРПЕЛИВЫ И НЕ БУДЕТЕ ТОРОПИТЬ СВОЕГО РЕБЕНКА, ОН ПОСТЕПЕННО МНОГОМУ НАУЧИТСЯ.

В ДНИ, КОГДА ВАШ МАЛЫШ ЧЕМ-ТО РАССТРОЕН ИЛИ НЕ ВПОЛНЕ ЗДОРОВ,

состояния перенапряжения мышц возникают чаще.

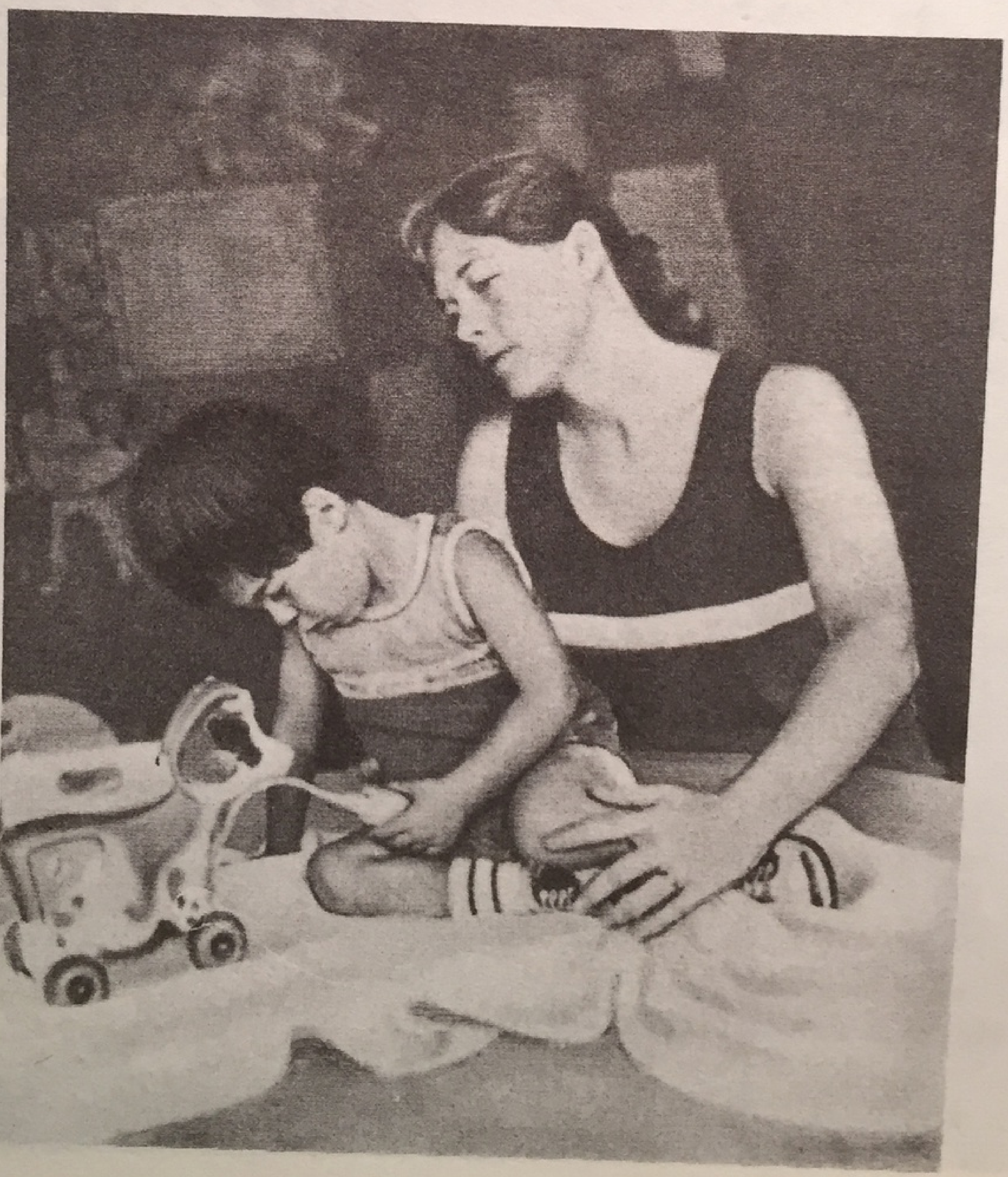
ТАКИЕ ДНИ НЕ СОВСЕМ ПОДХОДЯЩЕЕ ВРЕМЯ ДЛЯ ОБУЧЕНИЯ ОКРУЖАЮЩИХ ТОМУ, КАК ОБРАЩАТЬСЯ С МАЛЫШОМ.

Если Вы собираетесь куда-то поехать без своего малыша или ждете нового ребенка, то лучше загодя обучить окружающих обращению с ним. Это позволит Вам избежать драматической ситуации в момент расставания с малышом.

ВАШ РЕБЕНОК МОЖЕТ ОЧЕНЬ ДОЛГО УЧИТЬСЯ СИДЕТЬ И ДВИГАТЬСЯ БЕЗ ПОСТОРОННЕЙ ПОМОЩИ,

однако торопить этот процесс нельзя.

НЕВОЗМОЖНО НАУЧИТЬ РЕБЕНКА СЛЕДУЮЩЕМУ ДВИЖЕНИЮ, ЕСЛИ ОН НЕ ОСВОИЛ ПРЕДЫДУ-



ЩЕЕ: НЕ ВЛАДЕЯ ПОЗОЙ ЛЕЖА НА БОКУ, ОН НЕ СУМЕЕТ НАУЧИТЬСЯ ПОЗЕ ЛЕЖА НА БОКУ С ОПОРОЙ, А НЕ ВЛАДЕЯ ДАННОЙ ПОЗОЙ, ОН НЕ НАУЧИТСЯ ПОЗЕ СИДЯ НА БОКУ.

Педиатр или специалист по лечебной физкультуре расскажет Вам, каким образом заниматься с ребенком, чтобы процесс обучения различным позам стал интересным **и для ребенка, и для Вас.**

Но если Вас начинает раздражать медлительность, с которой ребенок осваивает нужные движения, включите проигрыватель или начните думать о каких-то приятных вещах,

И ПОСТАРАЙТЕСЬ СДЕЛАТЬ ТАК, ЧТОБЫ МАЛЫШ ВСЕ ВРЕМЯ ЧУВСТВОВАЛ, ЧТО ВЫ РАДЫ ЗАНИМАТЬСЯ И ИГРАТЬ С НИМ.

Если малыш чувствует, что Вам нравится проводить с ним время, ему легче обучаться.

3. У некоторых малышей мышцы то чересчур расслабляются, то перенапрягаются

Во время отдыха наши мышцы расслаблены.
Когда мы движемся, соответствующие мышцы напряжены, когда мы делаем какую-то физическую работу, мышцы то напрягаются, то расслабляются.
ИНЫМИ СЛОВАМИ, МЫШЕЧНЫЙ ТОНУС ДОЛЖЕН СООТВЕТСТВОВАТЬ ПРОИЗВОДИМЫМ ДВИЖЕНИЯМ.
ЦЕНТРАЛЬНАЯ НЕРВНАЯ СИСТЕМА НЕКОТОРЫХ МАЛЫШЕЙ И МЛАДЕНЦЕВ ЕЩЕ НЕ НАСТОЛЬКО РАЗВИТА, ЧТОБЫ РЕГУЛИРОВАТЬ ЭТО СООТВЕТСТВИЕ.
Вот почему у ребенка мышцы могут быть напряжены, хотя производимое им движение требует их расслабления,
и наоборот, мышцы должны быть напряжены, а они в это время оказываются расслабленными,
а там, где требуется, чтобы мышцы то расслаблялись, то напрягались, они могут оставаться все время или расслабленными, или напряженными.

МАЛЫША, МЫШЕЧНЫЙ ТОНУС КОТОРОГО СТОЛЬ НЕПРЕДСКАЗУЕМ, ОЧЕНЬ ТРУДНО ДЕРЖАТЬ НА РУКАХ И УХАЖИВАТЬ ЗА НИМ.
Вы, приладившись к состоянию его мышц, думаете, что держите его достаточно крепко, но мышечный тонус резко меняется — и малыш выскальзывает из Ваших рук или сползает с того места, куда Вы его уже почти усадили.
ЧТОБЫ НИЧЕГО ПОДОБНОГО НЕ ПРОИСХОДИЛО, МЕСТО, КУДА ВЫ БУДЕТЕ САЖАТЬ СВОЕГО МАЛЫША, НЕОБХОДИМО СПЕЦИАЛЬНО ОБОРУДОВАТЬ.

В ДЕТСКОЕ КРЕСЛИЦЕ, В КОТОРОМ ВЫ КОРМИТЕ РЕБЕНКА, МОЖНО ВСТАВИТЬ ПЛАНКУ ИЛИ ПРИДЕЛАТЬ РЕМЕШОК, КОТОРЫЕ БУДУТ ПРОХОДИТЬ МЕЖДУ НОЖЕК МАЛЫША И ПОМЕШАЮТ ЕМУ СОСКОЛЬЗНУТЬ ВНИЗ.

О различных приспособлениях, которые помогут Вам ухаживать за ребенком, Вам может рассказать врач-ортопед или специалист по лечебной физкультуре.

Когда малыша бывает трудно удержать или когда он все время дергается, то в этом мало приятного для ухаживающего за ним человека. Однако очень важно, чтобы Вы, несмотря ни на что, относились **к колебаниям мышечного тонуса как к чему-то естественному,** *не расстраивались сами и не бранили своего ребенка.*

Колебания мышечного тонуса не подвластны малышу, и он без всякого злого умысла неожиданно для Вас то напрягается, то расслабляется.

4. Когда Вашему ребенку трудно обслуживать себя, Вы, естественно, стремитесь все делать за него сами

Но если Вы постоянно делаете всё за него,
ТО МАЛЫШ НИКОГДА НЕ НАУЧИТСЯ ДЕЛАТЬ ЧТО-ТО САМ.

Разумеется, Вы с нетерпением будете смотреть, как малыш старается что-то сделать и никак не может, поскольку еще плохо управляет своим телом.
Тем не менее наберитесь терпения, не браните его и не делайте за него что-то сами.

ПОСТАРАЙТЕСЬ, ЧТОБЫ ОКРУЖАЮЩИЕ НЕ СМЕЯЛИСЬ НАД ЕГО НЕЛОВКИМИ ДВИЖЕНИЯМИ.

У новорожденных и младенцев определенные группы мышц сокращаются одновременно и одно и то же движение может повторяться несколько раз. Специалисты называют такие движения рефлекторными.
Подрастая, малыш учится управлять своими мышцами, т. е. учится осуществлять произвольные движения и подавлять **непроизвольные рефлекторные движения.** Но некоторым малышам обучение произвольным движениям дается с трудом.

Эффективный способ
ДЛЯ РЕБЕНКА НАУЧИТЬСЯ ПРОИЗВОЛЬНО НАПРЯГАТЬ СВОИ МЫШЦЫ — КАК МОЖНО ЛУЧШЕ РАССЛАБИТЬСЯ.
ЧЕМ СОЗНАТЕЛЬНЕЕ МАЛЫШ СТАРАЕТСЯ НАПРЯЧЬ КАКИЕ-ТО МЫШЦЫ, ТЕМ ТРУДНЕЕ ЕМУ ЭТО УДАЕТСЯ.
Иногда малыш так крепко держит какую-то вещь в руке, что невозможно эту вещь вытащить у него,
а иногда, наоборот, вещь сама выпадает.

БУДЬТЕ ТЕРПЕЛИВЫ И НЕ РАЗДРАЖАЙТЕСЬ. Когда малыш держит в руках предмет, с которым он умеет обращаться, возьмите у него этот предмет (см. разделы «Проблемы общения» и «Речь», с. 120—170), а затем вложите обратно в его руку.

Полезно завести игрушки, ложки и бутылочки, сделанные из очень легкого материала, скажем, из пластмассы. Позаботьтесь о том, чтобы игрушки, с которыми играет малыш, не могли бы распасться на части.

КОГДА У МАЛЫША НЕОЖИДАННО МЕНЯЕТСЯ МЫШЕЧНЫЙ ТОНУС, ЕГО ТРУДНО УДЕРЖАТЬ НА РУКАХ.

Поскольку колебания тонуса нельзя предвидеть, то *бывает практически невозможно держать малыша и одновременно делать что-либо еще.*

Если Вы занимаетесь домашними делами, то посадите малыша рядом на специально оборудованное детское креслице, чтобы он мог за Вами наблюдать.

ВНЕЗАПНЫЕ КОЛЕБАНИЯ МЫШЕЧНОГО ТОНУСА ОСОБЕННО РАЗДРАЖАЮТ, когда Вы берете малыша с собой, отправляясь за покупками.

Он может внезапно откинуться назад или выскользнуть из Ваших рук как раз в тот момент, когда Вы кладете в сумку купленную вещь или расплачиваетесь за нее.

Поэтому, отправляясь за покупками, лучше сажать малыша в прогулочную коляску.

СКОРЕЕ ВСЕГО, ЛЮБОПЫТНЫЕ ВЗОРЫ ОКРУЖАЮЩИХ, КОГДА МАЛЫШ НЕОЖИДАННО РАССЛАБИЛСЯ ИЛИ НАПРЯГСЯ, БУДУТ УГНЕТАТЬ ЕГО,

однако постарайтесь не терять спокойствия и обращайтесь со своим ребенком так, как если бы вокруг никого не было.

Кто-то из публики может быть никогда не сталкивался с детьми, чье развитие происходит не совсем обычным путем, такой человек способен смотреть на Вашего ребенка особенно долго и с неослабевающим интересом.

Другие же могут смотреть на Вашего ребенка просто потому, что любят наблюдать за детьми или же им нравится Ваше обращение с малышом.

БЕРЯ С СОБОЙ МАЛЫША В МАГАЗИН, ВЫ ПРЕДО-

СТАВЛЯЕТЕ ЕМУ ВОЗМОЖНОСТЬ ЛУЧШЕ ПОЗНАКОМИТЬСЯ С МИРОМ, В КОТОРОМ ЕМУ ПРЕДСТОИТ ЖИТЬ. ПОЭТОМУ, КОГДА ПРЕДСТАВЛЯЕТСЯ СЛУЧАЙ, ОБЯЗАТЕЛЬНО БЕРИТЕ МАЛЫША С СОБОЙ.

Однако если Вы устали или спешите, то лучше оставить малыша дома и попросить кого-нибудь посидеть с ним, а сходить в магазин одной.

МАЛЫШИ, У КОТОРЫХ КОЛЕБЛЕТСЯ МЫШЕЧНЫЙ ТОНУС, ЛЕГКО ОКАЗЫВАЮТСЯ В НЕУДОБНОЙ ИЛИ ДАЖЕ ОПАСНОЙ ДЛЯ ЖИЗНИ ПОЗЕ. ПОЭТОМУ В НЕЗНАКОМОМ МЕСТЕ ИЛИ В МАШИНЕ ИХ НЕ СЛЕДУЕТ ОСТАВЛЯТЬ ОДНИХ ДАЖЕ НА НЕСКОЛЬКО СЕКУНД.

Конечно, чтобы гулять с малышом, чей мышечный тонус колеблется, требуется большое мужество, и все же почаще выходите с ним из дома, хотя бы ненадолго, и знакомьте его с окружающим миром (см. также раздел «Речь», с. 156—170).

Удержать тельце малыша во время купания вообще нелегко, если же оно внезапно то деревенеет, то расслабляется, купание оказывается особенно трудным занятием.

Предотвратить соскальзывание малыша в ванну с водой Вам поможет поролоновый коврик для ванн.

Для большинства малышей и их мам купание — приятное занятие. Опытные мамы специально отводят на купание много времени, чтобы малыш мог вволю наиграться.

Однако, когда Вам приходится затрачивать много усилий, заботясь о безопасности малыша, и все время думать, удастся ли Вам удержать его мокрое тельце, то вряд ли купание доставит много радости. Но Вы облегчите себе процесс купания, если:

поставите детскую ванночку в ванну для взрослых как можно дальше от кранов. На дно ванночки хорошо бы расстелить махровое полотенце так, чтобы на одном из концов получилось возвышение, на котором будет лежать голова малыша. Разумеется, прежде чем начинать купание, нужно приготовить мыло, полотенце, чистую одежду и какую-нибудь резиновую игрушку. Если у Вас в ванной нет гибкого душа, то приготовьте пластмассовую

лейку, из которой будете поливать и обмывать малыша. Полотенце полейте теплой водой и положите на него малыша. Пользуясь гибким душем или лейкой, помойте малыша, который, лежа на полотенце, а не в воде, никуда не будет соскальзывать.

ВАШ МАЛЫШ РОНЯЕТ ВЕЩИ, КОГДА ЕГО МЫШЦЫ ИЗ НАПРЯЖЕННОГО СОСТОЯНИЯ ПЕРЕХОДЯТ В РАССЛАБЛЕННОЕ,
ему вообще трудно удерживать предметы в своих руках,
ДАЖЕ ЛЮБИМЫЕ ИГРУШКИ И ЕДУ, КОТОРАЯ ЕМУ НРАВИТСЯ.

Иногда малыши специально бросают вещи, поскольку им нравится, когда им их поднимают (см. в разделе «Проблемы общения» тему 6, с. 151—154).
Ваш малыш тоже может научиться этой игре.

ОДНАКО БОЛЕЕ ВЕРОЯТНО, ЧТО ВЕЩИ ПАДАЮТ ИЗ ЕГО РУК ПОТОМУ, ЧТО МЕНЯЕТСЯ МЫШЕЧНЫЙ ТОНУС.
ЕСЛИ МАЛЫШ УРОНИЛ КАКОЙ-ТО ПРЕДМЕТ, ОСТОРОЖНО ВЛОЖИТЕ ЕГО В РУКУ РЕБЕНКА.

Хотя от непрерывного поднимания у Вас может заболеть спина и Вы начнете сердиться, постарайтесь все же не упрекать малыша в том, что у него всё валится из рук. Снова и снова вкладывайте предмет в его руку, делая это как бы между прочим.

НОРМАЛЬНО СИДЕВШИЙ МАЛЫШ ВНЕЗАПНО МОЖЕТ ЗАВАЛИТЬСЯ НАБОК,
что может быть вызвано как легким припадком (см. в разделе «Проблемы здоровья» тему 1, с. 18), так и резкой сменой мышечного тонуса, приведшей к одеревенению или расслаблению тела ребенка.
ИЗМЕНЕНИЕ ТОНУСА МОЖЕТ ПРИВОДИТЬ К ПОТЕРЕ МАЛЫШОМ РАВНОВЕСИЯ.
МАЛЫШ БУДЕТ МЕНЬШЕ ПАДАТЬ, ЕСЛИ НАУЧИТСЯ ПОЗЕ ЛЕЖА НА БОКУ С ОПОРОЙ.

Педиатр или специалист по лечебной физкультуре покажет Вам, как следует слегка подтолкнуть малыша, когда он находится в позе лежа на боку с опорой, чтобы у него возникло ощущение «почти падения». Научившись выделять это ощущение среди других, он учится тому, что надо делать, когда это ощущение возникает.

Вполне естественно Ваше желание защитить малыша от падений и ушибов.

НО ЕДИНСТВЕННЫЙ СПОСОБ НАУЧИТЬСЯ НЕ ПАДАТЬ — ЭТО ИСПЫТАТЬ ОЩУЩЕНИЕ «ПОЧТИ ПАДЕНИЯ» И НАУЧИТЬСЯ ДВИЖЕНИЯМ, ПОМОГАЮЩИМ ОТ ЭТОГО ОЩУЩЕНИЯ ИЗБАВИТЬСЯ.

ОЧЕНЬ ВАЖНО, ЧТОБЫ ВАШ МАЛЫШ УЧИЛСЯ СИДЕТЬ В БЕЗОПАСНОМ МЕСТЕ.

Отведите ему место на полу, чтобы рядом не было мебели и других вещей, о которые он мог бы стукнуться при падении.

КРОВАТЬ ИЛИ МЯГКАЯ МЕБЕЛЬ НЕДОСТАТОЧНО ТВЕРДЫ, ЧТОБЫ МАЛЫШ МОГ ПРАВИЛЬНО СЕСТЬ, И ДОСТАТОЧНО ВЫСОКИ, ЧТОБЫ ОН МОГ УШИБИТЬСЯ ПРИ ПАДЕНИИ.

Лучше положите на пол небольшой коврик или шерстяное одеяло.

МАЛЫША, МЫШЕЧНЫЙ ТОНУС КОТОРОГО ВНЕЗАПНО МЕНЯЕТСЯ, ОЧЕНЬ ТРУДНО ПРИУЧИТЬ ХОДИТЬ НА ГОРШОК.

Если мускулы напрягаются и расслабляются независимо от воли ребенка, ему трудно научиться управлять мышцами, регулирующими процессы выделения.

Столь же трудно ему научиться сидеть на горшке или на унитазе.

МАЛЫШ НЕ СМОЖЕТ НАУЧИТЬСЯ ХОДИТЬ НА ГОРШОК, ЕСЛИ БУДЕТ БОЯТЬСЯ ПАДЕНИЯ.

Поэтому, если Ваш малыш научился сидеть, сажая его на горшок, ставьте этот предмет на пол (см. в разделе «Самообслуживание» тему 2, с. 175—182).

У НЕКОТОРЫХ МАЛЫШЕЙ ЧАСТО ПРИОТКРЫТ РОТ. ВОЗМОЖНО, ЭТО ПРОИСХОДИТ ПОТОМУ, ЧТО МЫШЦЫ РТА ЧРЕЗМЕРНО НАПРЯЖЕНЫ, А ВОЗМОЖНО, ПОТОМУ, ЧТО МЫШЦЫ ЧЕРЕСЧУР РАССЛАБЛЕНЫ.

Некоторые малыши открывают рот, **когда возбуждены** и старательно пытаются подвигать какой-либо частью своего тела.

Иногда малыши держат рот открытым, стремясь засунуть туда предмет, который **хотят исследовать.**

Иногда открытый рот малыша означает, что **ребенку**

скучно или он не понимает, что кругом происходит или чего от него хотят.

ЕСЛИ РОТ ПРИОТКРЫТ СВЫШЕ НЕСКОЛЬКИХ СЕКУНД, ИЗ НЕГО НАЧИНАЕТ ВЫТЕКАТЬ СЛЮНА; ОБЫЧНО В ТАКИХ СЛУЧАЯХ ГОВОРЯТ, ЧТО МАЛЫШ «ПУСКАЕТ СЛЮНИ».

Слюна вытекает не потому, что железы малыша вырабатывают ее слишком много, а потому, что ребенок ее не сглатывает.

Конечно, когда изо рта течет слюна, то малыш выглядит не слишком привлекательно. Для окружающих, да и собственных родителей такой ребенок может являть отталкивающее зрелище, особенно если у него течет и из носа.

ПОСТОЯННЫЕ ОДЕРГИВАНИЯ И ТРЕБОВАНИЯ ЗАКРЫТЬ РОТ, А ТАКЖЕ НЕСИЛЬНОЕ ШЛЕПАНИЕ МАЛЫША ПО ЛИЦУ ВРЯД ЛИ ПРИВЕДУТ К ЖЕЛАЕМОМУ РЕЗУЛЬТАТУ.

МАЛЫШ НУЖДАЕТСЯ В СПЕЦИАЛЬНЫХ УПРАЖНЕНИЯХ, КОТОРЫЕ ПОМОГУТ ЕМУ НАУЧИТЬСЯ ОЩУЩАТЬ МЫШЦЫ РТА.

КРОМЕ ТОГО, ЕМУ НЕОБХОДИМО ЧТО-ТО ЖЕВАТЬ, ЧТОБЫ НАУЧИТЬСЯ ЗАКРЫВАТЬ РОТ И ГЛОТАТЬ.

Педиатр покажет Вам, как делать массаж внутренней и внешней поверхности рта (см. с. 41, 44—45).

Вы можете с помощью этого массажа научить малыша различать не только то, что его рот открыт или закрыт, но и те ощущения, что сопровождают движения мускулатуры рта.

Но пока он не научился такому различению, позаботьтесь, чтобы *шея и грудь малыша были сухими,*

и чаще меняйте ему рубашки или пользуйтесь непромокаемыми нагрудниками.

5. Некоторые малыши беспрестанно двигаются

ОДНИ МАЛЫШИ НИ НА МИНУТУ НЕ МОГУТ УСПОКОИТЬСЯ, ПОКА НЕ УСНУТ.
ДРУГИЕ ЖЕ И СПЯТ БЕСПОКОЙНО.

Когда вокруг много всяких вещей, которые привлекают наше внимание и у нас глаза разбегаются от разнообразия впечатлений, мы рано или поздно все-таки решаем, какой из находящихся вокруг предметов нам интереснее или нужнее всего.

Малыш решает эту проблему проще. Его внимание сразу привлекает или самая яркая,
или самая громкая,
или самая близкая вещь.
Он сосредоточивает на ней все свое внимание, а остальных предметов просто не замечает.

НЕКОТОРЫМ ЛЮДЯМ ТРУДНО СОСРЕДОТОЧИТЬ ВНИМАНИЕ НА ЧЕМ-ТО ОДНОМ.
НЕКОТОРЫМ МАЛЫШАМ ТАКЖЕ ТРУДНО СОСРЕДОТОЧИТЬСЯ, ПОСКОЛЬКУ ОНИ ХОТЯТ СРАЗУ ВСЁ УВИДЕТЬ,
СРАЗУ ВСЁ УСЛЫШАТЬ,
СРАЗУ ВСЁ ПОТРОГАТЬ.

Такие малыши, пытаясь одновременно охватить всё, что они видят и слышат, бросаются от одной заинтересовавшей их вещи к другой, ни на одной из них не задерживаясь надолго.
Про малыша, который чрезмерно активен и слишком много двигается, говорят, что он гиперактивен.

НО ЕСТЬ МАЛЫШИ, КОТОРЫЕ НЕПРЕРЫВНО ДВИГАЮТСЯ ПОТОМУ, ЧТО НИКАК НЕ МОГУТ ХОТЯ БЫ ЧЕМ-НИБУДЬ ЗАИНТЕРЕСОВАТЬСЯ.

Им трудно управлять своим телом так, чтобы при движении не возникало ощущения дискомфорта.

Ощущая дискомфорт, такие малыши, прежде чем взять заинтересовавший их предмет, стараются принять удобную позу, но это у них плохо получается.

И гиперактивные и плохо управляющие своим телом малыши **не способны сосредоточиться на одном предмете** из-за того, что их тело не принимает оптимальную для взаимодействия с данным предметом позу.

Разумеется, все дети играют с тем, что им попадается под руку.

ОДНАКО, КОГДА ВЫ НАБЛЮДАЕТЕ ЗА ТЕМ, КАК РЕБЕНОК С КАКИМ-ТО НЕДОСТАТКОМ РАЗВИТИЯ

ударяется о мебель,
натыкается на стены,
хватает попавшуюся на глаза бумагу
или повисает на занавеске,

У ВАС МОЖЕТ СОЗДАСТЬСЯ ВПЕЧАТЛЕНИЕ, ЧТО ТАКОЙ РЕБЕНОК САМ НЕ ЗНАЕТ, ЧЕГО ОН ХОЧЕТ.

Если Ваш ребенок беспрестанно двигается и всё трогает, то Вам и окружающим будет трудно не только за ним ухаживать, но и не сердиться за то, что малыш портит Ваши вещи и вещи других людей.

Однако помните, что он не нарочно огорчает Вас, разбивая или портя какие-то вещи.

Ваш малыш еще только учится обращаться с окружающими предметами, и без Вашей помощи он не научится делать это достаточно умело.

Первое, что Вам следует сделать, — это убрать подальше милые Вашему сердцу предметы, которые малыш может разбить или испортить или о которые он может сильно удариться или порезаться.

Мебель в квартире лучше разместить так, чтобы малышу оставалось побольше свободного пространства для безопасного передвижения.

Позаботьтесь также о том, чтобы малышу было бы трудно попасть самому на кухню, в ванну, туалет и те места, где находятся предметы, могущие причинить вред его здоровью.

Обезопасив квартиру, Вы можете разрешить малышу свободно передвигаться по ней, не тревожась больше, что с ним что-нибудь случится или он что-то испортит.

Когда Ваш малыш начнет лучше контролировать свои движения, Вы сможете вернуть на место любимые вещи, которые делают Вашу квартиру столь уютной.

МАЛЫШ, КОТОРЫЙ НЕПРЕСТАННО ВСЁ ТРОГАЕТ ДОМА, СКОРЕЕ ВСЕГО, БУДЕТ ВЕСТИ СЕБЯ И В ГОСТЯХ ТОЧНО ТАК ЖЕ.

Такое поведение ребенка может раздражать хозяев дома, а Вас поставит в неловкое положение.

И даже если Вы были желанной гостьей на протяжении многих лет, не удивляйтесь, что, когда **Вы приходите в этот дом с ребенком, Вам уже не так рады.**

Чтобы не расстраиваться самой и не огорчать хозяев, постарайтесь не брать малыша в дом, где ему не рады, даже если это дом Ваших родных или очень близких друзей.

Людей, никогда или давно не имевших дела с маленькими детьми, может раздражать даже обычный малыш, ну а малыш, **который непрестанно двигается,** может вывести из терпения даже очень выдержанных людей.

Если Вы хотите сохранить дружеские отношения, не обижайтесь на своих друзей и посещайте их в то время, когда кто-то может посидеть с малышом у Вас дома. Большинство родителей знают, что с появлением в семье ребенка на друзей остается меньше времени.

БЕСПРЕСТАННО ДВИГАЮЩЕГОСЯ МАЛЫША ТРУДНО ОДЕВАТЬ, КУПАТЬ И КОРМИТЬ.

Кроме того, его часто приходится вытаскивать из весьма недоступных мест, куда он забрался.

Наберитесь терпения и не забывайте, что малыш не нарочно создает Вам трудности.

Ваша задача — помочь ему **перестроить работу центральной нервной системы,** т. е. научить его добираться до тех предметов, которые заинтересовали его, и двигаться так, как это делают обычные дети.

ПЕДИАТР ИЛИ НЕВРОПАТОЛОГ, ПОНАБЛЮДАВ ЗА ДВИЖЕНИЯМИ ВАШЕГО МАЛЫША, ПОДСКАЖЕТ ВАМ, ПРИ КАКИХ ИЗ НИХ МАЛЫШ ПЛОХО КООРДИНИРУЕТ РАБОТУ ОТДЕЛЬНЫХ ЧАСТЕЙ ТЕЛА.

Например, малыш уже умеет стоять, но он плохо сохраняет равновесие.

В этом случае ему лучше поупражняться в поддержании равновесия сидя, а потом уже попытаться удерживать равновесие стоя.

ВРАЧ НЕ ТОЛЬКО ДОЛЖЕН ПРОНАБЛЮДАТЬ, КАК ДВИЖЕТСЯ ВАШ РЕБЕНОК, ЕМУ СЛЕДУЕТ РАССКАЗАТЬ, ЧТО МАЛЫШ ЕСТ И В КАКОМ КОЛИЧЕСТВЕ.

Переедание малышом сахара может обусловить его чрезмерную активность. Тот же эффект могут дать лекарства и некоторые консервированные продукты.

У НЕКОТОРЫХ ДЕТЕЙ РЕАКЦИЯ НА ЛЕКАРСТВА И ПИЩЕВЫЕ КОНСЕРВАНТЫ МОЖЕТ ОКАЗАТЬСЯ ГОРАЗДО СИЛЬНЕЕ ОБЫЧНОЙ.

Поглощаемый человеком сахар в организме превращается в глюкозу и в таком виде поступает в кровь. Если уровень глюкозы в крови ниже или выше нормы, малыш будет беспокойным или, наоборот, апатичным. Если у Вашего ребенка повышенное содержание сахара в крови, то ему следует есть мало, но часто и избегать продуктов, содержащих сахар, поскольку это вещество вызывает резкие скачки в содержании глюкозы в крови.

У Вас, конечно, может возникнуть мысль, что, лишая малыша сладостей, Вы лишаете его удовольствий, но это не так. Правда, чтобы готовить малышу блюда без сахара и кормить его меньше, но чаще, потребуется больше усилий, но они не будут напрасными, поскольку помогут изменить поведение малыша в лучшую сторону.

ПРАВИЛЬНОЕ ПИТАНИЕ НЕ ТОЛЬКО ДЕТЕЙ, НО И ВЗРОСЛЫХ ПОВЫШАЕТ СОПРОТИВЛЯЕМОСТЬ ОРГАНИЗМА ИНФЕКЦИЯМ И СТРЕССОВЫМ СИТУАЦИЯМ.

6. Некоторые малыши плохо управляют своим телом

Малыши учатся управлять своим телом, ползая вокруг различных предметов и под ними, вскарабкиваясь на них, держась за них и ходя вокруг них.

Обычно малышу достаточно несколько раз проползти, скажем, под столом или вокруг стула, чтобы его центральная нервная система научилась координировать при данном движении работу отдельных частей тела.

И как следствие, малыш начинает ползать вокруг предметов или под ними, не делая лишних движений, т. е. он начинает ловко ползать.

У НЕКОТОРЫХ МАЛЫШЕЙ С НЕДОСТАТКАМИ РАЗВИТИЯ ЦЕНТРАЛЬНАЯ НЕРВНАЯ СИСТЕМА МОЖЕТ НЕ СОХРАНЯТЬ ИНФОРМАЦИЮ О РАБОТЕ ПРИ ДВИЖЕНИИ ОТДЕЛЬНЫХ ЧАСТЕЙ ТЕЛА.

И как следствие, малыш каждый раз делает какое-либо движение как будто впервые, и оно у него не получается.

МАЛЫШ НЕ НАУЧАЕТСЯ ДВИГАТЬСЯ ТАК, КАК ОН ХОЧЕТ,

ОН НЕ ПРЕДВИДИТ ОПАСНОСТИ И НЕ ПРЕКРАЩАЕТ ДВИЖЕНИЯ, ДАЖЕ ЕСЛИ ЕМУ ГРОЗИТ ПАДЕНИЕ.

ТАКОЙ МАЛЫШ ВЫГЛЯДИТ ВЕСЬМА НЕУКЛЮЖИМ И ПЛОХО ПОНИМАЮЩИМ, ЧТО ОН ДЕЛАЕТ.

Иногда малыш хочет передвинуться, достать игрушку, дотянуться до еды, однако вместо этого его тело производит какое-то бессмысленное движение.

Такие движения обычно называют насильственными, поскольку они возникают помимо воли малыша и повторяются **независимо от того, какое движение хотел он выполнить.**

Хотя родители нередко жалуются на то, что их дети вечно залезают туда, куда не надо, Вас, по-видимому, обеспокоит, если Ваш малыш не станет этого делать или же он будет это делать каким-то не совсем обычным образом.

Одни дети с недостатками развития передвигаются, лежа на животе: приподняв вверх голову, они цепляются за что-нибудь руками и подтягивают туловище. Другие передвигаются с одного места на другое, перекатываясь с одного бока на другой. Третьи в сидячем положении, опираясь на руки, подтягивают туловище.

Если Ваш малыш передвигается каким-либо из этих способов, его

необходимо научить правильно двигаться.

Окружающие, наблюдая за тем, как двигается Ваш малыш, могут бросать по этому поводу обидные реплики. Вполне естественно, что Вам это будет неприятно и Вы захотите сделать так, чтобы никто не видел малыша передвигающимся.

Вы начнете брать малыша на руки всякий раз, когда рядом кто-то есть, особенно если этот человек посторонний, и Вы боитесь, что он будет смеяться над малышом или же попытается давать Вам советы!

НАСИЛЬСТВЕННЫЕ ДВИЖЕНИЯ МАЛЫША КОНТРОЛИРУЮТСЯ РЕФЛЕКТОРНЫМИ СХЕМАМИ.

Эти-то схемы (см. с. 104) вынуждают малыша снова и снова повторять одно и то же движение.

Эти схемы мешают ему добираться до привлекающих его предметов и двигаться так, как он хочет.

Они придают ему неуклюжий вид и приводят к тому, что он наталкивается на окружающие предметы.

И еще — они затрудняют уход за ним.

Чтобы работа центральной нервной системы приводила к правильным движениям,

малышу надо помочь.

Педиатр или специалист по лечебной физкультуре расскажет Вам, с каких движений надо начинать, чтобы Ваш малыш стал лучше двигаться.

МАЛЫШ ДОЛЖЕН АКТИВНО УЧАСТВОВАТЬ В ДВИЖЕНИИ, А НЕ ТОЛЬКО ЖДАТЬ, КОГДА ВЗРОСЛЫЙ НАЧНЕТ ДВИГАТЬ ЕГО РУКАМИ, НОГАМИ И ДРУГИМИ ЧАСТЯМИ ТЕЛА.

ОЧЕНЬ ВАЖНО ПОМОЧЬ РЕБЕНКУ НАУЧИТЬСЯ ДВИГАТЬСЯ БОЛЕЕ ПРАВИЛЬНО, ПОКА ОН ЕЩЕ МАЛ.

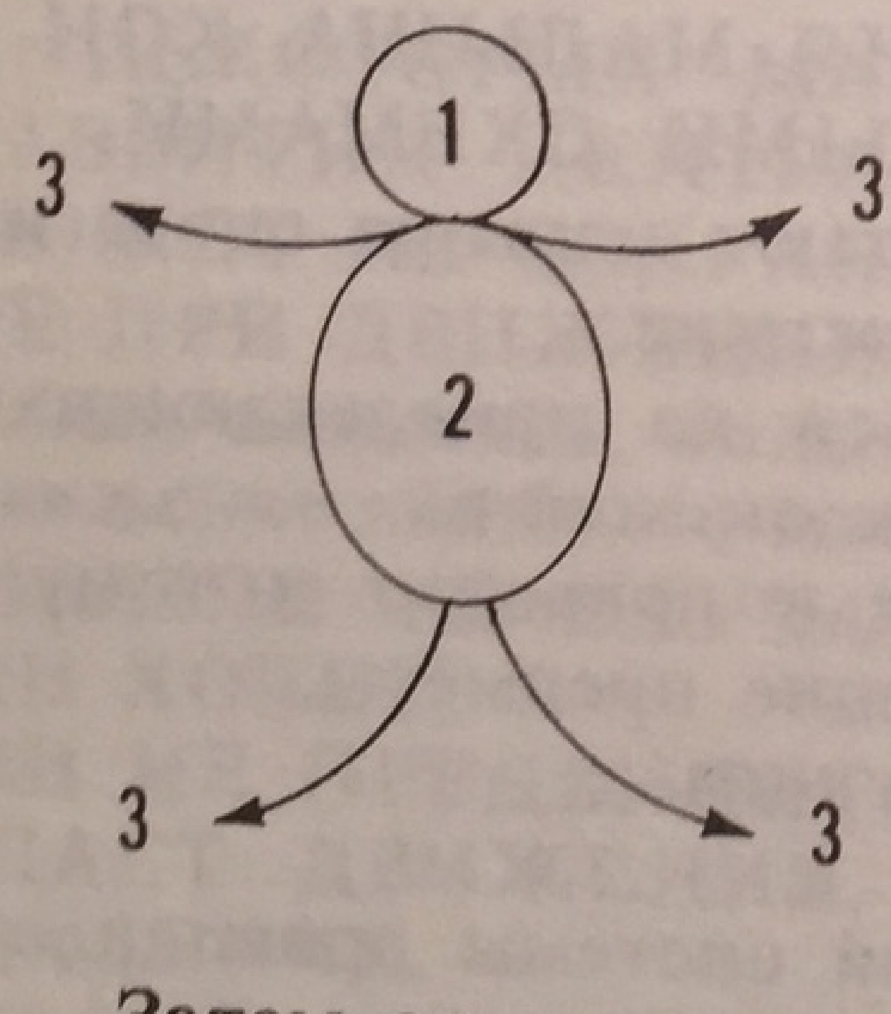
По мере того как ребенок растет, его нервная система труднее поддается обучению.

С возрастом наша нервная система, особенно если она не тренируется, теряет гибкость и для освоения новых способов движения требуется все больше времени, и может случиться, что насильственные движения станут преобладающими у Вашего повзрослевшего малыша.

ОБУЧЕНИЕ МАЛЫША ПРАВИЛЬНЫМ ДВИЖЕНИЯМ НАЧИНАЕТСЯ С ОБУЧЕНИЯ ДВИГАТЬ КАЖДОЙ ЧАСТЬЮ ТЕЛА ОТДЕЛЬНО.

Одновременное непроизвольное движение определенных частей тела называют рефлекторными комплексами.

Если малыш не научится произвольно двигать отдельными частями тела, то его движения будут определяться *рефлекторными комплексами* и всякий раз, когда он захочет сделать какое-то **движение**, у ребенка будут возникать непроизвольные движения.



ОБУЧЕНИЕ ПРОИЗВОЛЬНЫМ ДВИЖЕНИЯМ ЧАСТЕЙ ТЕЛА НАЧИНАЕТСЯ С ГОЛОВЫ, Т. Е. В ТОМ НАПРАВЛЕНИИ, В КАКОМ РАСПРОСТРАНЯЮТСЯ КОМАНДЫ ОТ ЦЕНТРАЛЬНОЙ НЕРВНОЙ СИСТЕМЫ (СМ. СХЕМУ)

Ребенок учится держать голову и поворачивать ее в разные стороны.

Затем он учится управлять плечами и руками,
после этого бедрами,
потом ногами,
а потом ступнями и кистями рук.

По мере того как развивается умение малыша управлять частями своего тела от головы к ступням ног и кистям рук,

развивается и нервная система ребенка от центра к периферии (см. схему).

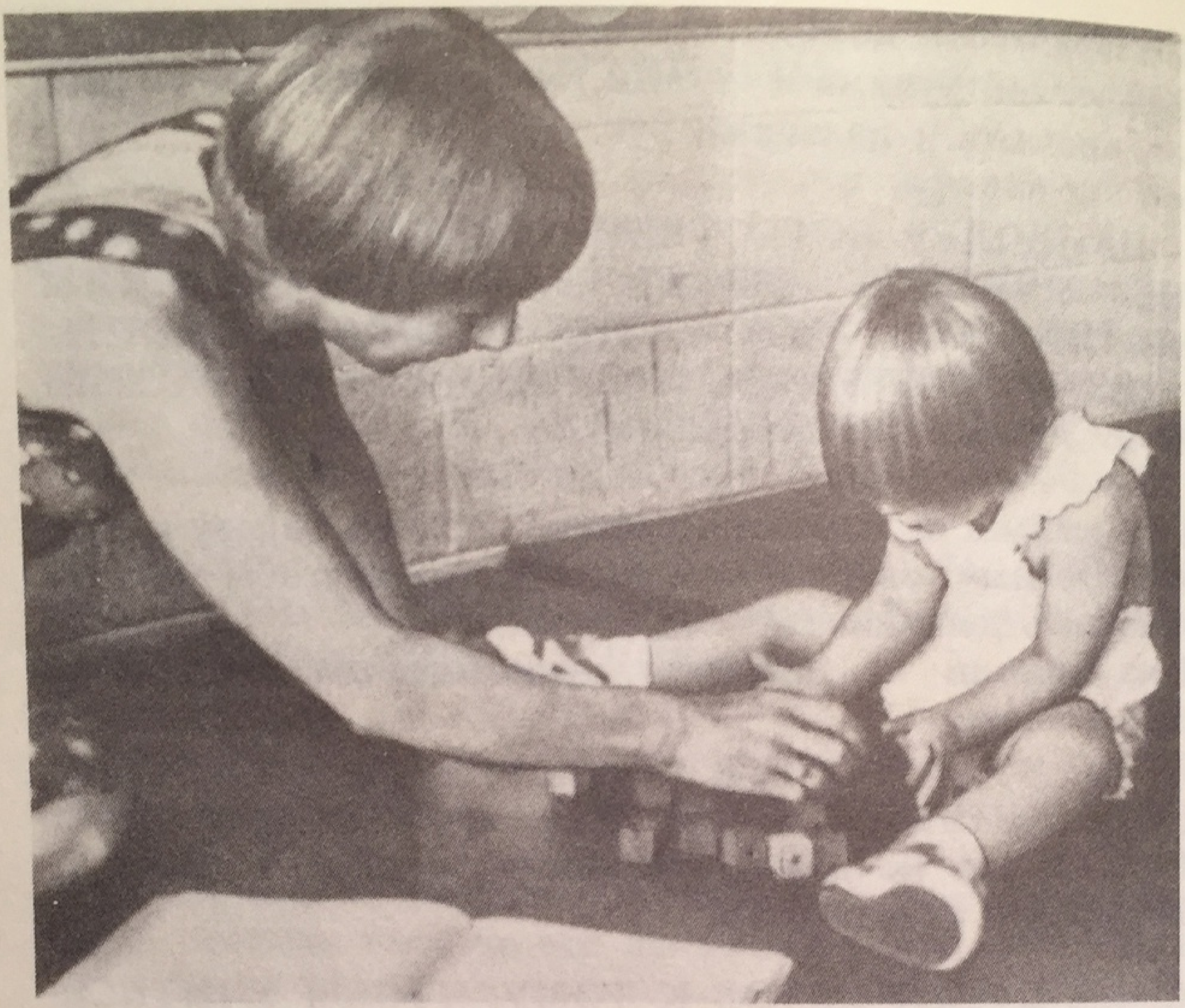
Вот почему он научается двигать головой и туловищем раньше, чем руками и ногами, чем ступнями и пальцами ног, кистями и пальцами рук.

НАИБОЛЕЕ ЕСТЕСТВЕННЫЙ ДЛЯ МАЛЫ СПОСОБ УЧИТЬСЯ ПРАВИЛЬНЫМ ДВИЖЕНИЯМ ЧАСТЕЙ ТЕЛА — ЭТО ТА ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНОСТЬ, В КОТОРОЙ РАЗВИВАЮТСЯ ДВИЖЕНИЯ ЧАСТЕЙ ТЕЛА У ОБЫЧНЫХ ДЕТЕЙ.

Пока малыш не научится хорошо держать голову и двигать плечами, он не будет готов к тому, чтобы учиться управлять движениями бедер и ног.
Пока малыш не научится произвольным движениям плеч и бедер,
ОН НЕ БУДЕТ ГОТОВ К ТОМУ, ЧТОБЫ УЧИТЬСЯ ДВИЖЕНИЯМ КИСТЕЙ РУК И СТУПНЕЙ НОГ.
Пока малыш не научится двигать головой, бедрами и плечами по отдельности,

ОН НЕ БУДЕТ ГОТОВ К ТОМУ, ЧТОБЫ УЧИТЬСЯ ПЕРЕВОРАЧИВАТЬСЯ С ЖИВОТА НА СПИНУ И НАОБОРОТ.
Чтобы научить малыша управлять головой, Вы можете положить своего малыша животиком вниз на вращающийся предмет (скажем, на вращающийся стул или очень большой мяч, чтобы малышу не требовалось держать руки и ноги в определенном положении) и медленно начать вращать этот предмет. В этой ситуации у Вашего малыша непременно **возникнет желание повернуть голову,** и он сможет это сделать, не заботясь о поддержании в определенном положении других частей тела. Вы можете также из положения лежа на животе слегка поворачивать тельце малыша то на правый, то на левый бок.

Чтобы малыш научился раздельным движениям бедер и плеч, можно положить его в позу лежа на боку (см. с. 82), а затем, держа одной рукой его за плечо, другой двигать его бедро и, наоборот, держа его за бедро, передвигать плечо. Затем перевернуть малыша в позу лежа на втором боку и повторить процедуру.
Прежде чем малыш научится переворачиваться с живота на спину и наоборот, он должен научиться раздель-



ным движениям плеч и бедер. А когда он научится переворачиваться, он сможет начать учиться садиться.

Разумеется, Вам очень хочется, чтобы Ваш малыш научился сидеть и ходить как можно раньше, однако помните, он не сможет научиться садиться и ходить, если сначала не научится раздельным движениям плеч и бедер.

НЕ СУЩЕСТВУЕТ ДВУХ ЛЮДЕЙ, КОТОРЫЕ ДВИГАЛИСЬ БЫ АБСОЛЮТНО ОДИНАКОВО.

Поэтому связанные с движением проблемы Вашего малыша всегда будут не совсем такими же, как проблемы с движением любого другого ребенка.

Поэтому, чтобы понять, какие упражнения помогут Вашему малышу, **надо, чтобы опытный педиатр или детский невропатолог осмотрел малыша и внимательно за ним понаблюдал.**

Тогда он сможет посоветовать Вам,

ЧТО НАДО ДЕЛАТЬ, ЧТОБЫ ВАШ МАЛЫШ НАЧАЛ ДВИГАТЬСЯ БОЛЕЕ ПРАВИЛЬНО.

Врач прежде всего отмечает,

каким образом Ваш малыш держит голову,

насколько он может двигать шеей и плечами,

хорошо ли поворачивается его туловище,
как он пользуется ртом.

ПОСЛЕ ЭТОГО ВРАЧ СМОЖЕТ РАССКАЗАТЬ О ПРОЦЕДУРАХ И УПРАЖНЕНИЯХ, ПОМОГАЮЩИХ УЛУЧШИТЬ ДВИЖЕНИЯ

и указать наиболее эффективные для Вашего малыша. Вряд ли целесообразно заниматься с малышом в группе лечебной физкультуры, в которой все дети выполняют одни и те же упражнения.

Занятия в такой группе в чем-то схожи с ситуацией, когда берется одно лекарство и по очереди дается всем больным детям.

Связанные с движениями проблемы настолько индивидуальны, что без совета опытного специалиста и индивидуальных занятий со своим ребенком Вам не обойтись.

Когда Вы научитесь всем процедурам и упражнениям, благодаря которым Ваш малыш начнет лучше двигаться, не старайтесь обучить им сразу всех, кто будет Вам помогать заниматься с малышом. Чтобы кто-то другой смог также хорошо проделать с малышом все упражнения, он должен внимательно пронаблюдать за Вашими

действиями и повторить их в Вашем присутствии, а Вы должны поправить, если что-то делается не так.

Порой Вы будете чувствовать себя крайне усталой и терять мужество. Ведь на обучение малыша движениям уходит много времени, а его купание, кормление и уход за ним также занятия не из легких. Вполне естественно почувствовать усталость и расстроиться, когда тратится столько усилий, а успехи столь незначительны. В таких случаях лучшее средство обрести веру в свои силы и своего малыша — как-то отвлечься: почитать любимую книгу, послушать пластинки, посетить подругу, сходить в парикмахерскую и т. д. Здесь-то Вам и пригодится человек, который умеет ухаживать за Вашим малышом и которому Вы доверяете.

Вернувшись через некоторое время к малышу, Вы почувствуете себя посвежевшей и бодрой. И вас не будет приводить в уныние мысль, что двигательные упражнения необходимо выполнять регулярно, что они дают наибольший эффект в тот период, когда ребенок еще мал и его организм активно формируется.

Если какие-то движения малыша выглядят неловкими и неуклюжими, то это признак того, что он не может произвольно двигать частями своего тела, т. е. эти движения осуществляются рефлекторно.

ЕСЛИ МАЛЫШ НЕ МОЖЕТ

переворачиваться,
ползать
или садиться,
если он всегда застревает, попав между двумя предметами,
если он скорее скользит, чем ползет на животе,
это означает, что он не владеет произвольными движениями частей тела.

С ВОЗРАСТОМ ПОДОБНАЯ НЕЛОВКОСТЬ, НЕУКЛЮЖЕСТЬ МАЛЫША САМА НЕ ПРОЙДЕТ.

Она даже усилится, так как тело будет расти и учиться управлять им будет труднее.

Когда подрастающие дети исследуют окружающий мир, они не только попадают в неприятные ситуации, но и **учатся выбираться из них.** Поэтому ребенок, умеющий ходить, обычно нигде не застревает и неуклюжим не выглядит.

Вполне естественно, что Вы захотите не думать о проблемах малыша, поскольку это может испортить настроение, привести Вас в уныние и не даст Вам получать удовольствие от процесса ухаживания за малышом.

Однако, когда речь идет о проблемах, связанных с движениями, очень важно, чтобы Вы не поддались соблазну и не поверили бы, что с возрастом эти проблемы решатся сами.

Тело лучше и легче поддается обучению гибко и правильно двигаться, пока оно еще очень молодо и его мышцы и нервная система пластичны и продолжают развиваться.

Чем раньше Вы обратитесь за помощью по поводу связанных с движением проблем Вашего малыша, тем большего Вы достигнете в процессе обучения.

ЕСЛИ ЖЕ ВЫ СТАНЕТЕ ВЫЖИДАТЬ, ТО МОЖЕТ СЛУЧИТЬСЯ ТАК, ЧТО ДАЖЕ САМЫЕ ИНТЕНСИВНЫЕ ЗАНЯТИЯ ОКАЖУТСЯ МАЛОЭФФЕКТИВНЫМИ.

7. Иногда руки и ноги малыша плохо двигаются

Очень важно, чтобы опытный педиатр, ортопед или невропатолог осмотрел малыша и определил, действительно ли проблема заключается в руках и ногах или же она обусловлена какими-то иными причинами.

Может быть, руки и ноги малыша плохо двигаются из-за того, что он не научился как следует управлять головой и туловищем,

НО ПОСКОЛЬКУ НЕВЕРНЫЕ ДВИЖЕНИЯ РУК И НОГ ЗАМЕТИТЬ ЛЕГЧЕ,

то кажется, что проблема связана с ними, хотя на самом деле она обусловлена неподконтрольностью малышу движений туловища и головы.

ПРЕЖДЕ ВСЕГО ВАМ СЛЕДУЕТ ПРОНАБЛЮДАТЬ, НАСКОЛЬКО ВАШ МАЛЫШ ОСВОИЛ ДВИЖЕНИЯ, КОТОРЫМИ БОЛЬШИНСТВО МАЛЫШЕЙ ОВЛАДЕВАЮТ В ПЕРВУЮ ОЧЕРЕДЬ.

Но бывают и малыши,

ПРОБЛЕМЫ ДВИЖЕНИЙ КОТОРЫХ СВЯЗАНЫ НЕ С ТУЛОВИЩЕМ,

а исключительно с руками, кистями рук, ногами и ступнями.

Если стопы малыша **вывернуты наружу или слишком сильно повернуты внутрь,** обратитесь к ортопеду, чтобы он определил, в чем именно дело. Может, у Вашего малыша какие-то нарушения в лодыжке, в колене или же в тазобедренном суставе. Когда ребенок мал, его ножки можно заключить в специальные шины и ноги будут выпрямляться и расти нормально. Хотя это приспособление выглядит громоздким и неудобным, в дей-

ствительности оно вовсе не причиняет младенцу особого беспокойства. Ведь пока он учится движениям головы, плеч, туловища и бедер, он не пользуется ногами (за исключением игры и поднимания ног вверх).

ПОЭТОМУ МЛАДЕНЦЫ НЕ СИЛЬНО СТРАДАЮТ ИЗ-ЗА ОГРАНИЧЕНИЙ СВОБОДЫ ДВИЖЕНИЯ ИХ СТУПНЕЙ ИЛИ НОЖЕК.

Если же Вы станете ждать, пока малыш подрастет, его стопы будут в это время расти неправильно и ему, возможно, придется накладывать шины в то время, когда он начнет пользоваться ступнями,

И ЭТО ПРИСПОСОБЛЕНИЕ ТЕПЕРЬ УЖЕ БУДЕТ ДЕЙСТВИТЕЛЬНО ЕМУ МЕШАТЬ.

Ему даже спать приходится в шине, а иногда ему одевают лубок из гипса или ставят распорку.

Хотя в первые несколько ночей после надевания шины, лубка или распорки малыш будет неспокоен, постарайтесь вести себя как обычно, будьте ласковой, но твердой и не снимайте их с него, как бы он ни капризничал. Через несколько ночей большинство малышей (и их родители тоже) уже спят как обычно!

В НЕКОТОРЫХ СЛУЧАЯХ ТРЕБУЕТСЯ ХИРУРГИЧЕСКОЕ ВМЕШАТЕЛЬСТВО.

Например, тогда, когда малыш не может двигать руками и ногами из-за того, что его связки недостаточно длинны для подвижности сустава, или же из-за того, что мышцы удерживают сустав в неловком положении. В ряде случаев это можно исправить с помощью специальных распорок, а иногда только хирургическим путем.

ИНОГДА ВРАЧИ РЕКОМЕНДУЮТ НАЛОЖИТЬ НА НОЖКУ МАЛЫША СПЕЦИАЛЬНЫЙ ЛУБОК.

Разумеется, необходимость того или иного ортопедического хирургического вмешательства, ношения шины, лубка, распорки определяется в каждом случае индивидуально.

Если хирург предлагает операцию, а Вы сомневаетесь в ее необходимости, посоветуйтесь с педиатром или детским невропатологом, наблюдающим Вашего ребенка.

Хирургическая операция дает немедленный эффект, но того же эффекта нередко можно добиться и с помощью физиотерапии и особых приспособлений.

Специалисты стремятся решать проблемы только теми способами, каким их учили.

Поэтому хирург скорее всего будет рекомендовать Вам прибегнуть к операции или к ношению шины или распорки, а педиатр — к лубку и специальным упражнениям.

ИНОГДА РЕШИТЬ, ЧТО ЖЕ ИМЕННО ПОМОЖЕТ ВАШЕМУ МАЛЫШУ, БЫВАЕТ ОЧЕНЬ НЕЛЕГКО.

Обычно в таких случаях советуются с родителями, чей ребенок имел аналогичный дефект. Однако помните, *что проблемы Вашего малыша — это не совсем те же проблемы, что есть или были у других детей.*

Несмотря на то что сама мысль об операции или о специальном лечении может приводить в уныние, постарайтесь не терять самообладания и внимательно выслушайте объяснения врача.

Не бойтесь задавать ему вопросы. Попросите показать Вам разницу на рентгеновских снимках малыша, у которого этого дефекта нет, и Вашего малыша *(см. «О посещении врача» на с. 15—16).*

Если чувствуете необходимость, то попросите себе **дополнительное время для размышления.** *Найдите книги, в которых рассказывается о дефекте, который врачи установили у Вашего ребенка. Чем яснее Вы будете представлять, в чем состоит проблема, тем более сознательно Вы примете решение. Однако помните, что специалисты, имея значительный опыт в лечении дефектов такого рода, лучше Вас знают, как помочь Вашему ребенку, и не затягивайте с решением.*

СЛУЧАЕТСЯ, ЧТО НЕКОТОРЫЕ МАЛЫШИ, СТОЯ, ОПИРАЮТСЯ НА ОДНУ НОГУ СИЛЬНЕЕ, ЧЕМ НА ДРУГУЮ, Т. Е. МАЛЫШ КАК БЫ КРИВИТ НА ОДИН БОК.

В таких случаях очень важно установить, почему это происходит:

оттого ли, что одна нога малыша короче другой;

оттого ли, что кость голени неправильно входит в коленную чащечку;

оттого ли, что мышцы голени слишком короткие и

чересчур напряжены;

оттого ли, что позвоночный столб малыша несколько искривлен.

Каждый из этих дефектов требует различного подхода. Малышу могут быть нужны:

специальные ботиночки, придающие ножкам одинаковую длину;

процедуры для развития бедренного сустава;

процедуры, способствующие расслаблению чересчур напряженных мышц голени;

процедуры, исправляющие искривление позвоночника.

Если дефект обусловлен несколькими причинами, ему потребуется комплексное лечение.

У НЕКОТОРЫХ МАЛЫШЕЙ ИСКРИВЛЕНА СПИНА.

Позвоночник человека состоит из множества позвонков. Если малыш не может свободно двигаться и мышцы одной стороны тела напряжены больше, чем другой, то позвоночник начнет искривляться в сторону, где мышцы напряжены сильнее, даже у еще не начавшего ходить ребенка.

Если это произойдет, позвонки станут расти не точно один под другим, а по дуге, и в результате образуется изгиб позвоночника.

Чтобы позвоночник малыша рос прямым, необходимо проследить за равномерным развитием обеих сторон тела. Хорошим упражнением является в этом случае вращение туловищем в обе стороны. Малыша надо научить делать это упражнение.

ОРТОПЕД ИЛИ ПЕДИАТР ПОКАЖУТ ВАМ, КАК ЭТО ДЕЛАТЬ НАИБОЛЕЕ ЭФФЕКТИВНЫМ ОБРАЗОМ.

Если Вы замечаете, что мышцы малыша с одного бока больше, чем с другого, или что его плечи наклонены в одну сторону, это значит, что Вам надо сделать все необходимое, чтобы позвоночник не искривился (искривление позвоночника — болезнь, и называется она сколиозом).

Разумеется, когда Вам говорят, что у Вашего малыша сколиоз, то приятного в этом мало. Чтобы у окружающих не возникало ненужных вопросов по поводу Вашего ребенка, Вы начнете его одевать в такую одежду, которая маскировала бы дефект спины и плеч.

Однако, прикрыв дефект малыша одеждой, Вы должны помнить, что искривление можно в значительной мере выправить, только делая по нескольку раз в день упражнения на повороты туловища.

НЕКОТОРЫЕ МАЛЫШИ НЕ УМЕЮТ БРАТЬ В РУКИ ПРЕДМЕТЫ И УДЕРЖИВАТЬ ИХ.

Малыши обычно хватают игрушку или еду даже тогда, когда Вы кладете их не в руку малыша, а рядом с ней. Возможно, Ваш малыш не умеет этого делать.

Одним малышам бывает очень трудно удерживать предмет, даже когда его вложили им прямо в руку. Другие, наоборот, крепко хватают любой предмет, и его приходится у них вырывать с большим трудом.

Неумение ребенка удерживать или, наоборот, бросить предмет может беспокоить Вас, особенно если другие родители рассказывают, как их младенец уже сам держит бутылочку или бросает мячик.

Но для Вашего малыша хватать или держать предмет более трудное дело, чем для других детей.

Причиной может быть плохое владение пальцами рук, однако более вероятно, что это только более бросающееся в глаза следствие, а причина в невладении произвольными движениями остальных частей тела.

ЧТОБЫ РАЗОБРАТЬСЯ В ПРИЧИНАХ, НЕОБХОДИМО ПОСОВЕТОВАТЬСЯ С ПЕДИАТРОМ ИЛИ ДЕТСКИМ НЕВРОПАТОЛОГОМ.

Специалисты внимательно осмотрят малыша и проконсультируют Вас.

Может случиться, что малыш не умеет двигать головой, плечами и туловищем (см. с. 102).

ЕСЛИ ЭТО ТАК, ТО ЕМУ НЕЛЕГКО ПОДДЕРЖИВАТЬ РАВНОВЕСИЕ, ДАЖЕ СИДЯ.

В ЭТОМ СЛУЧАЕ ЕМУ ТРУДНО ПОЛЬЗОВАТЬСЯ РУКАМИ ДЛЯ ХВАТАНИЯ И ДЕРЖАНИЯ ПРЕДМЕТОВ, ПОСКОЛЬКУ РУКИ НУЖНЫ ДЛЯ ПОДДЕРЖАНИЯ РАВНОВЕСИЯ.

В ряде случаев можно, зафиксировав малыша в устойчивом положении, начать учить его пользоваться руками, несмотря на то что управлять туловищем он еще не в состоянии. Но насколько целесообразно делать с малышом такие упражнения, должен решить врач.

Если он говорит Вам, что малыш недостаточно развит для того, чтобы учить его пользоваться руками, *Вы не должны расстраиваться.*

Помните, чтобы малыш мог эффективно пользоваться руками, у него должны быть хорошо развиты движения головы, плеч и туловища. Руки малыша смогут скорее развиться в том случае, если упражнения будут направлены прежде всего на тренировку движений головой, плечами и туловищем, а уже во вторую очередь — на сами руки.

8. Некоторые малыши не любят, чтобы их брали на руки или дотрагивались до них

ВРАЧИ НАЗЫВАЮТ ЭТО СВЕРХЧУВСТВИТЕЛЬНОСТЬЮ ИЛИ ПОВЫШЕННОЙ СЕНЗИТИВНОСТЬЮ.

ВОСПИТАТЕЛИ ДЕТСКИХ УЧРЕЖДЕНИЙ НАЗЫВАЮТ ТАКОГО МАЛЫША ДИКИМ ИЛИ ЗАМКНУТЫМ.

Обычно окружающие взрослые — бабушки, дедушки, тети, дяди и друзья — любят брать малышей на руки и играть с ними. Даже политическим деятелям нравится брать малышей на руки и демонстрировать свою любовь к ним.

Большинство младенцев в ответ на ласку взрослых улыбаются и гулят.

ОДНАКО ЕСТЬ МАЛЫШИ, КОТОРЫЕ В ОТВЕТ НА ЛАСКИ ВЗРОСЛОГО

напрягаются и отстраняются.

Если Ваш малыш не улыбается и не гулит в ответ на ласку взрослых, то Вас это может огорчать. Но, вероятно, Вы огорчитесь гораздо сильнее, если малыш не будет улыбаться и издавать радостных звуков в ответ на Ваши ласки.

УЛЫБКА И ГУЛЕНИЕ ПРЕДСТАВЛЯЮТ СОБОЙ ДЕЙСТВИЯ, КОТОРЫЕ ОТЧАСТИ ВРОЖДЕНЫ МАЛЫШУ, А ОТЧАСТИ ДОЛЖНЫ БЫТЬ СПЕЦИАЛЬНО ОСВОЕНЫ.

Радостная реакция на прикосновение и на обращенный к малышу человеческий голос

может появиться уже в родильном доме.

Уже в первые дни жизни малыш может ответить взглядом, обращенным к говорящему человеку.

Если Ваш малыш родился недоношенным или с какими-

либо врожденными дефектами или если роды были тяжелыми,
то взять малыша на руки и поразговаривать с ним в первые дни его жизни было невозможно.
Если ребенок не имел таких контактов в первые 2—3 дня своей жизни, то, почувствовав прикосновение взрослого, он может испугаться. Его испуг в определенной мере аналогичен тому, который можете испытать Вы, когда кто-то неслышно войдет в комнату и внезапно до Вас дотронется.

ОБУЧЕНИЕ МАЛЫША РАДОВАТЬСЯ ПРИКОСНОВЕНИЮ МОЖЕТ ОКАЗАТЬСЯ ДОВОЛЬНО МЕДЛЕННЫМ ПРОЦЕССОМ.

Чтобы полюбить что-либо новое, требуется время. И может, пройдет немало времени, прежде чем Ваш малыш научится радоваться ласковому прикосновению. Такое научение не происходит одномоментно, а есть результат повторяющихся изо дня в день процедур. Некоторые малыши воспринимают прикосновение как щекотку, и это им неприятно.
Центральная нервная система малышей настолько неустойчива, что даже на слабые раздражители может дать сильную реакцию.
Если Вы, прикасаясь к малышу, постараетесь настроиться на спокойный и ласковый тон, то ему будет легче научиться радоваться Вашим прикосновениям.
Ухаживая за малышом впервые, а также ухаживая за болезненным малышом или за малышом с недостатками развития, вполне естественно ощущать некоторое напряжение и боязнь как-то повредить ребенку.
Однако, если, боясь причинить малышу боль, Вы будете осторожно прикасаться к нему и неуверенно держать,
малыш, почувствовав неуверенность, ответит на Ваше прикосновение не расслаблением и радостными реакциями, а, наоборот, напряжением.
Когда малыш не радуется контакту с Вами, нелегко продолжать дотрагиваться до него, однако именно это необходимо делать. Ведь Ваш малыш нуждается не в меньшем количестве прикосновений, чем остальные, а в большем.

КОГДА БЕРЕТЕ МАЛЫША НА РУКИ, ДЕРЖИТЕ ЕГО КРЕПКО И УВЕРЕННО.

Малышей, чувствительных к прикосновению, вряд ли стоит носить за спиной, поскольку **такой малыш должен чувствовать теплоту и мягкость Вашего тела.**

Очень важно помочь малышу научиться испытывать радость от прикосновений, пока он еще достаточно мал и его можно держать и носить на руках.

Когда он подрастет и станет большим, научить его этому станет гораздо труднее.

Кроме того, если малыш не радуется и не тянется ручками к тому, кто его трогает и говорит с ним, у него не развивается способность к общению.

А ведь именно с общения начинается освоение языка (см. раздел «Речь», с. 156—170).

Беря на руки малыша, который не любит этого,
КРЕПКО ПРИЖИМАЙТЕ ЕГО К СЕБЕ,
чтобы он мог не только чувствовать прикосновение к Вам, но и ощутить безопасность своего положения. Если Вы будете только слегка дотрагиваться до малыша, то его неустойчивая нервная система в ответ на множество слабых сигналов может дать реакцию раздражения, а не ощущение комфорта.

Чтобы у малыша не возникало ощущения щекотки, также лучше, **держа его на руках,** прижимать к себе.

МАЛЫШИ, МЫШЦЫ КОТОРЫХ ПОСТОЯННО НАПРЯЖЕНЫ И У КОТОРЫХ ПЛОХО СГИБАЮТСЯ СУСТАВЫ, ОБЫЧНО НЕ ЛЮБЯТ, ЧТОБЫ ИХ ДЕРЖАЛИ НА РУКАХ.

Кроме того, таких малышей бывает трудно держать на руках.

НО ИМЕННО ЭТИМ МАЛЫШАМ ВАЖНО НАУЧИТЬСЯ ОЩУЩЕНИЯМ, ВОЗНИКАЮЩИМ, КОГДА ИХ ДЕРЖАТ НА РУКАХ.

Полезно в таких случаях посоветоваться с врачом, который покажет Вам разные способы обращения с малышом и поможет подобрать наиболее подходящий для Вашего ребенка.

НЕКОТОРЫЕ ЧЕРЕСЧУР БОЛЕЗНЕННЫЕ МАЛЫШИ ТАКЖЕ НЕ ЛЮБЯТ, КОГДА ИХ БЕРУТ НА РУКИ.

Вы можете бояться переутомить их, много занимаясь с ними различными движениями.

Детский невропатолог или специалист по лечебной физкультуре поможет определить оптимальное для Вашего малыша количество занятий и их длительность.

Если Ваш малыш не любит,

чтобы его качали на коленях,
чтобы его подбрасывали в воздух,
чтобы ему чистили зубы,
чтобы ему умывали лицо,
чтобы ему вытирали нос,

во всех этих случаях это может означать, что малыш сверхчувствителен и **нуждается в снижении своей чувствительности** (см. с. 116).

Если малыш царапает или ударяет себя, его поведение может объясняться тем, что ощущение прикосновения другого человека ему неприятно и ему следует привыкнуть к этим прикосновениям.

Большинство действий, которым учится малыш в первый год жизни, легко пронаблюдать.

Он учится управлять своим телом и перемещать его. Если малыш не может научиться управлять своим телом, то со временем его проблемы усложнятся, поскольку

всё, чему малыш учится в последующие годы жизни, зависит от умения совершать телом те или иные движения.

Освоение сложных движений зависит от освоения простых. Вот почему очень важно, чтобы Вы помогли малышу освоить простые движения как можно раньше.

ПОМНИТЕ, НЕ ОСВОИВ БОЛЕЕ ПРОСТЫХ НАВЫКОВ, ВАШ МАЛЫШ НЕ СМОЖЕТ НАУЧИТЬСЯ БОЛЕЕ СЛОЖНЫМ.

И даже если Вашему малышу уже больше года, он может нуждаться в занятиях по овладению умениями, которые большинство детей осваивают на первом году жизни.

V

Вас могут тревожить проблемы общения Вашего ребенка с другими людьми

1. Некоторые малыши не любят, когда им приходится контактировать с посторонними людьми

Психолог или педагог назвал бы такого малыша *замкнутым.*

Большинству людей — и малышам, и взрослым — **нравится общаться с другими людьми.**

Им нравится улыбаться друг другу, говорить друг с другом, то есть получать удовольствие от общения.

Большинство младенцев о своем пробуждении сообщают тем, что начинают либо плакать, либо гулить. Но дети с недостатками развития, проснувшись, тихо лежат и смотрят в потолок.

Более того, некоторые малыши, похоже, не испытывают радости, находясь в обществе других людей.

ОНИ ВЕДУТ СЕБЯ ТАК, КАК БУДТО ИМ ХОЧЕТСЯ БЫТЬ В ОДИНОЧЕСТВЕ.

Одни малыши не улыбаются, когда Вы с ними говорите, другие не тянутся Вам навстречу, когда Вы их гладите или берете на руки.

Одни малыши **сверхчувствительны к прикосновению,** и общение с ними требует соблюдения определенных условий (см. в разделе «Проблемы движений» тему 8, с. 116—119).

Другим требуется больше времени, чтобы понять, что происходит, и соответственно отреагировать. Таких малышей нужно долго гладить и улыбаться им, прежде чем они ответят Вам улыбкой. Иногда малыш с не-

достатком развития уже готов улыбнуться, а взрослый в это время отворачивается.

ЕСЛИ МАЛЫШ НЕ УЛЫБАЕТСЯ, ТО ДОЖИДАТЬСЯ С УЛЫБКОЙ ПРОЯВЛЕНИЯ РАДОСТИ С ЕГО СТОРОНЫ ОЧЕНЬ ТРУДНО.

Вы можете почувствовать себя в нелепом положении или обидеться на малыша.

Когда Вам не отвечает взрослый, Вы обычно прекращаете общаться с ним.

Если малыш не гулит и не радуется тому, что его взяли на руки, у Вас вполне естественно возникает желание прекратить общение с ним.

Однако помните, что многие дети с недостатками развития реагируют не так быстро, как Вам бы этого хотелось.

ВАШЕМУ МАЛЫШУ МОЖЕТ ТРЕБОВАТЬСЯ ЗНАЧИТЕЛЬНО БОЛЬШЕ ВРЕМЕНИ, ЧЕМ ДРУГИМ ДЕТЯМ, ЧТОБЫ ОБУЧАТЬСЯ.

Чтобы понять смысл происходящего, он, возможно, должен видеть и слышать одно и то же много раз. Вот почему, если Вы хотите помочь проблемному малышу научиться улыбаться и гулить, Вам следует улыбаться и разговаривать с ним чаще, чем это делается с обычными детьми.

Вместо того чтобы отвечать на Вашу улыбку улыбкой и гулением, малыш с недостатками развития может просто смотреть на Вас или даже отвернуться в другую сторону.

Вы, конечно, подумаете, что малыш не хочет с Вами играть.

Однако крайне важно,

ЧТОБЫ ВЫ НЕ ПРЕКРАЩАЛИ СВОИХ ПОПЫТОК ОБЩАТЬСЯ И ИГРАТЬ С НИМ.

Ваш малыш нуждается в большем числе общений, чем обычные дети, чтобы научиться вести себя в присутствии других людей.

Очень может быть, что Вам придется прилагать специальные усилия, чтобы научить малыша общаться не только с Вами, но и с другими людьми.

Возможно, Вам потребуется дольше и чаще общаться со своим малышом, чтобы у него было достаточно времени для освоения навыков общения.

ЕСЛИ МАЛЫШ НЕ УМЕЕТ

улыбаться, гулить и какими-то телодвижениями показывать, что ему хочется,

он может пользоваться для привлечения к себе внимания другими средствами.

Например, малыш может

тянуть к себе Вашу одежду,

бить Вас, и даже по лицу, если Вы берете его на руки,

тянуть за волосы или за очки, и он не прекращает своих действий, хотя Вы пытаетесь его отвлечь.

ТАКОЕ ПОВЕДЕНИЕ МАЛЫША МОЖЕТ ОЗНАЧАТЬ, ЧТО ОН ХОЧЕТ ПОИГРАТЬ ИЛИ ПООБЩАТЬСЯ С ВАМИ,

но не знает, как сообщить об этом.

Малыш может прибегать к таким способам и тогда, **когда его попытки сообщить Вам о своих желаниях с помощью гуления и улыбок оказались безуспешными.**

МАЛЫШ НЕ СТРЕМИТСЯ ПРИЧИНИТЬ ВАМ БОЛЬ,

он не хочет огорчить Вас,

он просто привлекает Ваше внимание,

НЕ ЗНАЯ, КАК ЭТО МОЖНО СДЕЛАТЬ ИНАЧЕ.

Разумеется, если малыш ударит Вас или кого-нибудь другого, то окружающие будут осуждать Вас за плохое воспитание.

Тем не менее Вам необходимо сохранять спокойствие и терпеливо учить малыша привлекать внимание взрослых иными способами, чем битье и таскание за волосы. *Внимательно следя за поведением малыша, Вы не должны упускать ситуаций, когда малыш особенно расположен к общению. Скажем, если малыш смотрит на Вас, улыбнитесь ему и возьмите его на руки.*

Тогда малыш будет знать, что Вам действительно приятно быть вместе с ним.

Вам надо

обращать на него внимание всякий раз, как Вы заметили его улыбку, и стараться игнорировать его удары и дергание за волосы, хотя это и непросто.

Однако помните, что малыш легко повторяет свои действия, если они привлекли к себе внимание.

Если Вы станете сердиться на малыша за действия, которые Вам не нравятся, и никак не реагировать на действия, которые Вам нравятся, малыш станет делать то,

что как-то отмечается Вами, т. е. как раз осуждаемые Вами действия.

Проблемы общения чаще возникают у тех малышей, которые не любят, когда их гладят, прикасаются к ним или берут их на руки.

Малыши учатся радоваться обществу других людей, **получая удовольствие от кормления, купания и одевания.**

Если у малыша есть проблемы с движениями, **и кормить, одевать и купать его трудно.** Вам, вероятно, эти процедуры не доставят удовольствия. Более того, в эти моменты Вы будете особенно напряжены.

ОДНАКО ЕСЛИ ВЫ БУДЕТЕ НАПРЯЖЕНЫ, МАЛЫШ ЭТО ЛЕГКО ПОЧУВСТВУЕТ.

Развивая навыки общения у малыша, у которого не всё в порядке с движениями, не следует забывать об этом. Если мышцы малыша чересчур напряжены или, наоборот, постоянно расслаблены или если он сверхчувствителен к прикосновению, посоветуйтесь с врачом, в какой позе Ваш ребенок чувствует себя достаточно комфортно. Именно в этой позе малышу будет удобнее и приятнее всего играть и общаться с Вами (см. в разделе «Проблемы движений» темы 1—3, с. 76—91).

Даже если Вы крайне озабочены или состоянием здоровья малыша, или его физическими недостатками, или тем, с каким трудом его удается чему-либо обучить, особенно важно, чтобы малыш почувствовал не **столько Вашу озабоченность, сколько Вашу любовь к нему.**

Для этого Вам нужно брать его на руки и играть с ним. Он должен ощутить, что Вам нравится быть с ним.

Тогда он почувствует себя уверенно и ему захочется улыбаться и гулить, когда Вы или кто-либо из окружающих заговорит с ним.

Разумеется, порой у Вас будут опускаться руки от всех свалившихся проблем. Такое настроение — признак того, что Вам надо немного передохнуть от своих занятий с малышом. Попросите кого-нибудь, кому Вы доверяете, посидеть с ребенком, а сами сходите в кино, к знакомым в гости или развлекитесь как-нибудь еще.

Не давайте малышу почувствовать, что его проблемы Вас расстраивают. Ведь если они у него с рождения, то им они воспринимаются как что-то вполне естественное.

2. Некоторые малыши чувствуют себя неуютно, когда рядом с ними нет мамы

Психолог или воспитатель назовет такого малыша **несамостоятельным**, а его маму, возможно, охарактеризует как **чрезмерно опекающую** своего ребенка.

Когда Ваш ребенок имеет какие-то недостатки в развитии, легко превратиться в чрезмерно опекающую маму. Ваш малыш, как и все остальные дети, не сможет выжить без внимания и заботы взрослых.

Но он еще нуждается в дополнительных занятиях с ним, благодаря которым он сможет компенсировать или даже преодолеть недостатки своего развития.

ИНОГДА БЫВАЕТ ТРУДНО РЕШИТЬ, ЧТО ДОЛЖНЫ ДЕЛАТЬ ВЫ САМИ, А ЧТО ВАШ МАЛЫШ.

И мать, чтобы быть уверенной в том, что малыш получает всё, нередко начинает делать за него почти всё.

ОТЦЫ ОБЫЧНО ПРОВОДЯТ С МАЛЫШОМ ЗНАЧИТЕЛЬНО МЕНЬШЕ ВРЕМЕНИ, ЧЕМ МАТЕРИ, и поэтому часто считают, что малыш не так уж и нуждается в особой опеке, как это кажется матери.

Иногда мнения отца и матери о том, как нужно ухаживать за малышом, настолько расходятся, что дело доходит до серьезных споров и ссор.

Поскольку оба родителя заинтересованы в благополучии малыша, им трудно сохранять хладнокровие и вести корректную беседу о том, чем лучше всего помочь их ребенку, но и не обсуждать эту проблему они не могут. Стоит сказать, что подобная ситуация характерна и для родителей обычных детей.

Что можно посоветовать относительно принятия совместных решений о воспитании ребенка?

Старайтесь обсуждать проблемы своего малыша,

когда его самого нет поблизости, а приняв какое-то решение, поддерживайте друг друга в его осуществлении. Очень важно, чтобы не только мать принимала все касающиеся малыша решения и чтобы ее заботы о малыше разделяли близкие ей люди, прежде всего отец ребенка, его бабушки и дедушки, друзья.
Ведь если мать будет одна заботиться о малыше, то он станет испытывать дискомфорт при ее отсутствии. **Задача матери и ее близких — помочь малышу не испытывать особого дискомфорта, когда он останется с посторонними людьми.**

Малыш не научится этому, если у него не будет возможности общаться с разными людьми. Разумеется, не стоит без крайней необходимости оставлять малыша с незнакомым человеком один на один.

ВЫБЕРИТЕ ИЗ СВОЕГО ОКРУЖЕНИЯ ЧЕЛОВЕКА, КОТОРОМУ ВЫ МОГЛИ БЫ ДОВЕРИТЬ МАЛЫША.

Многие родители детей с недостатками развития боятся доверить своего ребенка молодым людям, даже если те умеют заботиться о маленьких детях и любят их. Но это только предубеждение более взрослого поколения. Но если Вам трудно расставаться со своими предубеждениями, то выбор человека, который, по Вашему мнению, сумеет хорошо ухаживать за малышом, не повод, чтобы эти предубеждения изменить.
Прежде чем оставлять малыша один на один с другим человеком, лучше, чтобы сначала ребенок привык к нему. Неплохо также, чтобы в первый раз малыш оставался с другим взрослым ненадолго. Остающемуся с Вашим малышом человеку покажите, где лежат вещи малыша, расскажите, как, когда и чем Вы его кормите. Полезно все это записывать, чтобы остающийся с малышом человек мог проверить, правильно ли он все запомнил, и не волновался бы из-за того, что делает что-то не так.

Обычно не отказываются посидеть с малышом бабушки и дедушки. Но они часто сильнее переживают за малыша, чем родители, и поэтому пребывание с малышом один на один требует от них бóльших душевных затрат, чем у любых других людей.

Кроме того, бабушки и дедушки нередко оспаривают необходимость тех или иных процедур или способов ухода за малышом, а значит, будут стремиться обращаться с ним не как он привык, а как они считают нужным.

ЕСЛИ ВЫ НЕРВНИЧАЕТЕ, ОСТАВЛЯЯ МАЛЫША С БАБУШКОЙ И ДЕДУШКОЙ,
то постарайтесь не обидеть своим отказом стариков, которым очень хочется облегчить жизнь Вам и Вашему ребенку. Объясните им, что Вы чувствуете себя неспокойно, оставляя с ними малыша, что боитесь не только за малыша, но и за них.

ЕСЛИ ВЫ ПРИНЯЛИ ТАКОЕ РЕШЕНИЕ, БУДЬТЕ ТВЕРДЫ И НЕ ЧУВСТВУЙТЕ СЕБЯ ВИНОВАТОЙ.
Но не мешайте бабушке и дедушке заниматься с малышом в Вашем присутствии.

ЗА МАЛЫШОМ ОБЯЗАТЕЛЬНО ДОЛЖЕН УХАЖИВАТЬ ОТЕЦ.
Отец должен уметь накормить, одеть и искупать малыша, а также гулять с ним.
Ухаживая за ребенком, отец не только лучше узнает его, но начинает понимать проблемы, тревожащие жену.
Каждый заботится о малыше на свой манер даже в одинаковых процедурах, таких, как кормление, купание, одевание.
Если малыша кормит и ухаживает за ним только мама, он может начать капризничать, когда кому-либо другому придется за ним ухаживать, поскольку этот другой будет ухаживать не совсем так, как мать.
Иначе говоря, **малыш станет чересчур зависимым от матери, а она, в свою очередь, окажется чересчур связанной заботой о ребенке.**
ИНОГДА МАТЕРИ ДАЖЕ ГОРДЯТСЯ ТЕМ, ЧТО МАЛЫШ БЕЗ НИХ НИЧЕГО НЕ ЖЕЛАЕТ ДЕЛАТЬ И КАПРИЗНИЧАЕТ.
И если отец кормит малыша, а тот начинает капризничать, мать забирает у него ложку со словами: **«Дай я сама покормлю. У меня это выйдет быстрее и лучше».**
Мама хотела одного, а получилось совсем другое: малыш узнал, что надо делать, чтобы мать обратила на него внимание. Оказывается, надо просто выплевывать пищу или начать капризничать.

Кроме того, отец оказался выключенным из жизни малыша.
Лучше будет и для малыша, и для его родителей, если те договорятся между собой, что отец будет, например, кормить малыша каждый вечер или через вечер, а мама в это время сделает какие-нибудь другие дела по дому или просто отдохнет.
Или отец может купать малыша или играть с ним, или же, если позволяет его работа, он делает то и другое.

МАЛЫШ, СТАВ ЧЕРЕСЧУР ЗАВИСИМЫМ ОТ МАТЕРИ,
не сможет без нее засыпать или же будет просыпаться, как только она выйдет из комнаты (см. в разделе «Проблемы сна» тему 2, с. 69—79). Иногда такая сильная зависимость приводит к тому, что малыш просыпается ночью и требует, чтобы мама взяла его на руки.
Если Ваш малыш просыпается ночью и не засыпает, пока его не покачают, это может означать, что постоянное внимание матери стало для него необходимо и без нее он чувствует дискомфорт и плохо спит.
Разумеется, и для малыша, и для матери очень важно ощущать близость друг друга и важно, чтобы мать ухаживала за малышом, ласкала его и разговаривала с ним. Но если эта близость превратилась в зависимость, не допускающую общения с другими людьми, малыш никогда не повзрослеет и навсегда останется несамостоятельным ребенком.

Если малыш не отпускает Вас, когда Вы собираетесь уйти, и не позволяет никому, кроме Вас, ухаживать за собой, а если Вы все-таки уходите, он долго нервничает и капризничает, то это вовсе не означает, что Вам нельзя оставлять малыша одного. Напротив, это может означать, что Вам надо почаще это делать. Очень важно, чтобы и Вы, и малыш научились на некоторое время обходиться друг без друга.

Если малыш боится новых мест и новых людей, это вовсе не значит, что Вам не следует выходить с ним из дома или оставлять его на время с кем-то посторонним!
Это значит, что Вы должны постепенно расширять опыт общения малыша с другими людьми и знакомить его с разнообразием окружающего мира.

3. Малыши с недостатками развития, так же как и любые другие дети, попадают в разные опасные ситуации

Малыши любопытны и, исследуя окружающий мир, пробуют всё, что им попадается, на ощупь и на вкус. **Нередко они берут в руки вещи, которыми можно пораниться, или тянут в рот то, что несъедобно** (см. в разделе «Проблемы питания» тему 3, с. 52—54).

За малышом необходимо постоянно присматривать!

А поскольку многие малыши с недостатками развития гораздо дольше обычных детей учатся задавать вопросы и не берут Вас за руку, не ведут к заинтересовавшему их предмету, **исследуя окружающий мир самостоятельно,**

очень важно, чтобы различные химикаты, мыло, горючие вещества, маленькие вещицы, которые можно проглотить, все острые предметы, лестницы, с которых можно упасть, были недоступны малышу.

Иногда даже трудно предположить, какие предметы могут привлечь внимание малыша и с чем он захочет поиграть.

Такие вещи, как

- унитаз,
- электрические розетки,
- лестницы в подъезде,
- лифты,
- батареи центрального отопления,

убрать невозможно.

Однако такие предметы, как

- ведро для мусора,
- газеты,
- пепельницы,
- комнатные растения,

вполне можно убрать в места, недоступные малышу, и

лучше сделать это сразу, не дожидаясь, когда ребенок ими заинтересуется. Всё, что шатается, и всё, что можно расшатать, если постоянно шатать, будет интересно малышу, и **со всем этим он может захотеть поиграть.** Малыш может схватить лежащее на раковине мыло и начать его грызть. Он может выпить открытый флакон с шампунем или разлить его по полу и начать пальцем рисовать им, а потом залезть мыльным пальцем в глаз. По мере того как малыш будет расти и осваиваться с окружающим миром, он станет находить всё новые и новые привлекательные для него предметы.

ПОСТАРАЙТЕСЬ СДЕЛАТЬ ТАК, ЧТОБЫ НА ГЛАЗА МАЛЫШУ НЕ ПОПАДАЛИСЬ ОПАСНЫЕ ДЛЯ ЕГО ЗДОРОВЬЯ ВЕЩИ ИЛИ ПО КРАЙНЕЙ МЕРЕ ОН НЕ МОГ БЫ ДО НИХ ДОБРАТЬСЯ.

Вероятно, стоит также убирать подальше все продукты, которые могут причинить вред малышу, если он их съест, и запирать буфет на ключ.

МАЛЫШ МОЖЕТ:

играть с водой в унитазе (и даже пить ее);

открыть дверь и выйти на лестницу или на улицу;

разрисовать стены фломастером или карандашом;

рассыпать пепел из пепельницы;

начать играть с электрическим шнуром или с розеткой;

раскопать землю в цветочных горшках и оборвать у растений листья;

вытащить всё из буфета и из незапертых на ключ ящиков;

опрокинуть на пол мусорное ведро;

разорвать газету и начать ее есть

и т. д.

Хотя подобные поступки ребенка могут вывести Вас из терпения, не забывайте, что

МАЛЫШ ВОВСЕ НЕ СТАРАЕТСЯ ОГОРЧИТЬ ВАС,

ОН ПРОСТО ИЗУЧАЕТ ВСЁ, ЧТО ЕМУ ПОПАДАЕТСЯ НА ГЛАЗА.

Если Вы отгородите для малыша специальное безопасное место, или будете постоянно держать его в манеже для игр, или отведете ему особую комнату и отделите его от жизни семьи,

МАЛЫШ МАЛО ЧТО УЗНАЕТ О МИРЕ, В КОТОРОМ ДОЛЖЕН ЖИТЬ.

Лучше сделать свой дом по возможности более безопасным и постараться делать свои домашние дела так, чтобы во время работы приглядывать за малышом, хотя бы вполглаза.

Например, можно гладить пеленку, а малыш пусть играет у Вас на глазах, или взять его играть на кухню, когда Вы моете посуду, а мытье полов и готовку отложить до времени, когда вернется отец и поможет Вам, либо сделать это, когда ребенок спит.

Если Вы застали малыша за опасным для его здоровья занятием, не кричите и не пугайте его, ведь он не понимает грозящей ему опасности.

Спокойно подойдите к нему и отнесите его в безопасное место или заберите у него опасный для здоровья предмет, негромко, но твердо сказав ему: «Это брать не надо».

Вместо отобранного предмета дайте ему что-нибудь, с чем он мог бы поиграть.

Малыш усваивает, с какими объектами можно играть,

а с какими опасно, в течение нескольких лет.

Разумеется, не раз за это время Вы придете в отчаяние от кажущейся бестолковости малыша, но верьте, что постепенно он научится различать, с чем можно играть и с чем нельзя.

А до тех пор Вам придется убрать все дорогие для Вас вещи, которые малыш может сломать или разбить, и тщательно запирать на ключ всё, что может причинить вред его здоровью.

Малыш научится различать, с чем можно и с чем нельзя играть, если Вы будете выражать радость или одобрение, видя его играющим с подходящими для этого предметами, и не кричать на него, когда он схватит что-то совсем не подходящее для игры.

Есть вещи, которые сразу стоит убирать так, чтобы быть уверенной, что малыш их не достанет. К таким вещам относятся:

булавки, пуговицы и другие мелкие предметы;

полиэтиленовые сумки и пакеты;

мыло, моющие жидкости, отбеливатели, полироли, мастику;

аэрозоли от насекомых, ядохимикаты;

крем для обуви;

косметику, лак для ногтей, растворитель лака, крем после бритья, зубную пасту;

всевозможные лекарства;

всевозможные режущие и колющие предметы.

Находясь на кухне или рядом с обогревательными приборами, малыш легко может обжечься. Поэтому, если у Вас горит плита или включен обогревательный прибор, позаботьтесь о безопасности ребенка.

Опасными для малыша местами являются также водоемы, двери с автоматически закрывающимися замками, стеклянные двери, лестницы, ямы.

Если у Вас машина, то стоит специально позаботиться о безопасности малыша в ней.

В зависимости от возраста ребенку с недостатками развития следует либо оборудовать специально закрепленное ремнями безопасности место для сна, либо ему следует сидеть на специально оборудованном для него месте, либо его можно пристегнуть обычными ремнями

безопасности. В какого типа сиденье нуждается малыш с церебральным параличом, Вам может рассказать детский невропатолог или специалист по лечебной физкультуре. Оборудовать такое сиденье в своей машине Вы сумеете сами.

Для малыша безопаснее, если он будет ехать в машине, находясь на оборудованном специально для него сиденье, а не у Вас на руках, поскольку в случае резкой остановки Вы можете не удержать его.

Наиболее безопасное для ребенка место в машине — это середина заднего сиденья, где малыша следует пристегнуть специальными ремнями.

4. Некоторые малыши с недостатками развития производят впечатление детей, не любящих играть с игрушками

На самом деле Ваш малыш просто не в состоянии держать игрушку в руке или он не понимает, как ею пользоваться.

Возможно также, что малыш видит игрушку не как предмет определенной формы, а как цветовое пятно.

Большинство младенцев любят, когда им дают погремушки, голышей и небольшие резиновые игрушки. Они с удовольствием берут их в руки, трясут их и даже жуют.

Подрастая, малыши начинают пользоваться игрушками с определенными целями, например прокатить машинку по полу или бросить мяч играющему с ними человеку.

Возможно, что Вам малыш, имея какой-то недостаток развития, этого не делает. Он может взять игрушку из Ваших рук, а затем выпустить ее из своих рук или же просто держать в руке, не глядя на нее и не играя с ней. Некоторые малыши с недостатками развития, просыпаясь в кроватке, полной ярких и интересных игрушек, не играют с ними, а лежат и молча смотрят в потолок.

ДЕТИ С НЕДОСТАТКАМИ РАЗВИТИЯ ОБЫЧНО НЕ СТРЕМЯТСЯ ДОТЯНУТЬСЯ ДО ИГРУШКИ, НЕ ВЕРТЯТ ЕЕ В РУКАХ И НИКАК ЕЕ НЕ ИЗУЧАЮТ.

Когда окружающие малыша взрослые дарят ему игрушку, а он не обращает на нее никакого внимания, это расстраивает их. Ведь, скажем, бабушка или дедушка могли потратить немало времени, выбирая красивую дорогую игрушку для малыша, а он на нее и не смотрит.

ЕСЛИ ИГРУШКА МАЛЫША НЕ ЗАИНТЕРЕСОВАЛА, ПОСТАРАЙТЕСЬ ПОНЯТЬ, ПОЧЕМУ ЭТО ПРОИЗОШЛО.

Может оказаться, что:

1. Игрушка рассчитана на ребенка более старшего возраста.

2. Игрушка рассчитана на ребенка того же возраста, но Ваш малыш еще не может играть с ней, поскольку не освоил навыков, которыми владеют дети более младшего возраста.

3. Игрушка недостаточно привлекательна для малыша, хотя у взрослых она вызывает интерес.

Помните, что дети с недостатками развития, как и все дети на свете, часто проявляют гораздо больший интерес к простой картонной коробке или какой-нибудь кухонной утвари, чем к привлекательной, с Вашей точки зрения, игрушке. Поэтому малыш может увлеченно играть ложками, пока мама моет посуду, и оставаться равнодушным к яркой разбирающейся пирамидке.

МНОГИЕ МАЛЫШИ С НЕДОСТАТКАМИ РАЗВИТИЯ БЕЗ ВАШЕЙ ПОМОЩИ НЕ МОГУТ НАУЧИТЬСЯ ИГРАТЬ В ИГРУШКИ.

Малыши с недостатками развития в большинстве своем не умеют развлекать самих себя. Лучший способ понять, как что-то делается, — это наблюдать за действиями других людей, а затем пытаться их повторить.

Малыша с недостатками развития может заинтересовать игрушка, или коробочка, или кухонная утварь, если он сначала увидит, как с ней обращается кто-либо другой.

Увидев это, он, возможно, захочет повторить действия другого человека.

Психологи, исследовавшие особенности детской игры, заметили, что когда взрослый сам ползает по комнате и толкает игрушечный грузовик или играет с ребенком в приход гостей, то **тот учится играть быстрее.** Кроме того, играя со взрослым, он учится общаться с другими людьми.

ВАЖНОЙ ОСОБЕННОСТЬЮ ИГРЫ ЯВЛЯЕТСЯ ТО, ЧТО ОНА НЕ ТРЕБУЕТ ОТ МАЛЫША ВЫПОЛНЕНИЯ ЖЕСТКОЙ ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНОСТИ ДЕЙСТВИЙ И ВСЕВОЗМОЖНЫЕ ИГРОВЫЕ ОШИБКИ НЕ ИМЕЮТ ОСОБОГО ЗНАЧЕНИЯ.

Если Вы хотите подробнее познакомиться с процессом игры и происходящим в ходе ее обучением, Вам стоит

почитать книги: *Д. Б. Эльконин.* Психология игры. Москва: Педагогика, 1978; *А. С. Спиваковская.* Игра — это серьезно. Москва: Педагогика, 1981.

Очень важно, чтобы, играя с ребенком, Вы общались с ним доброжелательно и чтобы малыш сам выбирал, с чем он будет играть и как.

Малыши с недостатками развития больше нуждаются в игре, чем другие дети, и им необходимо помочь научиться играть.

Взрослый, играя с такими детьми, должен быть особенно доброжелателен с ними.

Такие дети должны также играть с другими детьми, находящимися на том же самом уровне развития или чуть-чуть опережающими их.

ИГРА, НЕ ДОСТАВЛЯЮЩАЯ УДОВОЛЬСТВИЯ РЕБЕНКУ, — ЭТО УЖЕ НЕ ИГРА, а все другие занятия с малышом лишены важнейшей особенности игры: в ней ребенок не ограничен в своих действиях и может всячески экспериментировать.

ВПОЛНЕ ВОЗМОЖНО, ЧТО ИГРА С ВАШИМ МАЛЫШОМ, ИМЕЮЩИМ ТОТ ИЛИ ИНОЙ НЕДОСТАТОК РАЗВИТИЯ, ОКАЖЕТСЯ МОНОТОННЫМ И СКУЧНЫМ ДЛЯ ВАС ЗАНЯТИЕМ, ПОСКОЛЬКУ ВНАЧАЛЕ ОН БУДЕТ ПРОСТО ПОВТОРЯТЬ ОДНИ И ТЕ ЖЕ ДЕЙСТВИЯ. НО ЕСЛИ ВЫ НЕ СУМЕЕТЕ ВНУШИТЬ СВОЕМУ РЕБЕНКУ, КАК ЭТО ИНТЕРЕСНО — ИГРАТЬ, ТО САМ ПО СЕБЕ ОН ИГРАТЬ НЕ СТАНЕТ.

И если он почувствует, как Вам скучно, то не заинтересуется игрой с Вами.

Относитесь к игре с ребенком как к самому важному на данный момент занятию.

Дайте понять своему малышу, что Вам нравится быть вместе с ним и делать то, что ему интересно.

Постарайтесь сделать это время более приятным для себя, отключаясь на время игры от своих проблем. Можно в это время послушать свои любимые пластинки или же поставить какие-нибудь детские пластинки.

Неплохо также выделить для **регулярных** игр с малышом специальное время. Как правило, удобнее делать это сразу после еды, купания или же одевания.

Если малыш будет знать, когда ему ждать игры и что в это время Вы занимаетесь только с ним, он быст-

рее поймет, в чем состоит игра, и примет в ней участие.

ПОЗАБОТЬТЕСЬ ТАКЖЕ О ТОМ, ЧТОБЫ ИГРУШКИ, КОТОРЫЕ ВЫ ПОКУПАЕТЕ МАЛЫШУ, БЫЛИ НЕ ТОЛЬКО ПРОЧНЫМИ И ПРИВЛЕКАТЕЛЬНЫМИ, НО И УДОБНЫМИ В ОБРАЩЕНИИ.

Малышу, у которого не всё в порядке с движениями, может быть трудно играть игрушкой, требующей сложных манипуляций с ней.

Например, сложные пирамидки, игрушки, которые собираются из отдельных деталей, и т. д.

Музыкальный волчок вполне может заинтересовать Вашего малыша, но он вряд ли будет для него столь же привлекателен, как игрушка, которую он может приводить в движение без Вашей помощи.

Хорошими игрушками для малышей обычно оказываются всевозможные мячи, кубики, надувные и резиновые игрушки, куклы.

Существует также множество музыкальных игрушек, которые издают мелодичные звуки, когда малыш по ним ударяет.

Прекрасной игрушкой для малыша с недостатками развития является укрепленное на стене зеркало. Малыши с удовольствием играют со своим отражением.

Малышам также очень нравятся цветные коробочки.

Возможно, Ваш ребенок будет предпочитать игрушки, предназначенные для малышей, меньших по возрасту, чем он сам. **Иногда детям с недостатками развития нравится играть с игрушками для маленьких даже в школьном возрасте.**

Обычно родители, покупая ребенку игрушку, исходят из того, насколько она нравится им. Не удивляйтесь, если такая игрушка окажется скорее подарком Вам, чем Вашему малышу. Что же касается детей с недостатками развития, то им чаще нравятся игрушки, которые можно попробовать на зуб в буквальном смысле этого слова, поэтому им может понравиться вещь, на Ваш взгляд абсолютно неинтересная.

Иногда родителям хочется засыпать своего малыша игрушками, однако будет разумнее, если он станет играть с несколькими знакомыми игрушками. Если игрушек у малыша немного, он лучше запоминает их и способ игры с ними, а также получаемое от игры удовольствие. ствие.

Игрушки малыша должны быть достаточно прочными, они не должны распадаться на части, когда малыш их дергает или кусает.

ЕСЛИ ИГРУШКА НРАВИТСЯ МАЛЫШУ, ТО ОН МОЖЕТ

ДОЛГО НА НЕЕ СМОТРЕТЬ,
ДОЛГО СЛУШАТЬ, КАК ОНА ЗВУЧИТ,
ТРАТИТЬ УСИЛИЯ, ЧТОБЫ ПОДНЯТЬ,
КОЛОТИТЬ ПО НЕЙ,
БРОСАТЬ,
ТОЛКАТЬ,
ТЯНУТЬ,
ПРОБОВАТЬ НА ВКУС.

Поскольку все дети разные, то игрушка, нравящаяся одному ребенку, у другого не вызывает ни малейшего интереса.

Это происходит отчасти оттого, что малыши по-разному развиваются, а отчасти оттого, что детям, как и взрослым, нравятся разные вещи.

ВЫ МОЖЕТЕ ПОКУПАТЬ ВПОЛНЕ ПОДХОДЯЩИЕ ДЛЯ ВАШЕГО МАЛЫША ИГРУШКИ, А ОН ВСЕ-ТАКИ НЕ БУДЕТ ИГРАТЬ С НИМИ, ПОСКОЛЬКУ ЕГО ЕЩЕ НАДО НАУЧИТЬ ПОЛЬЗОВАТЬСЯ ЭТИМИ ИГРУШКАМИ.

Малыши учатся, повторяя действия окружающих их людей.

Поэтому необходимо показать Вашему ребенку, как надо играть с игрушками. Причем делать это Вам придется не один раз.

Играя с игрушками, малыши учатся не только общаться, но и думать, т. е. в игре развиваются и их умственные способности.

Поэтому, показывая малышу, как играть с игрушками, и описывая свои действия словами, **Вы, во-первых, помогаете ему научиться получать радость от общения с другими людьми и, во-вторых, стимулируете его речевую деятельность.**

Не забывайте, однако, что для малыша игрушка — это нечто, что ему интересно, а интерес у него могут вызвать не только игрушки, купленные в магазине.

МАЛЫШИ УЧАТСЯ СЛЕДИТЬ ЗА ПРЕДМЕТОМ

И НАХОДИТЬ ЕГО, КОГДА ТОТ СПРЯТАН, В ТАКОЙ ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНОСТИ.

Вначале малыш следит за предметом, который Вы передвигаете у него на глазах.

Затем Вы учите малыша показывать, где находится предмет, который Вы на его глазах при первых играх с этим предметом только слегка прикрываете, а когда он научится указывать на слегка прикрытый предмет, закрываете его полностью и просите малыша показать, где он.

После того как малыш научится показывать на полностью закрытый предмет, Вы начинаете его учить указывать, где находится предмет, который Вы прячете на глазах у ребёнка в одно из двух, позднее трех и т. д. мест.

ВРЕМЯ ОДЕВАНИЯ И КУПАНИЯ ОЧЕНЬ ПОДХОДИТ ДЛЯ ИГРЫ В «КУДА ДЕЛСЯ ЭТОТ БОТИНОК?», «ГДЕ ЖЕ ЭТА РУБАШЕЧКА?», «ГДЕ ЖЕ НАШЕ МЫЛО?».

Сначала прячьте объект так, чтобы малыш его в это время видел. Иногда Вам самим приходится искать ботинок, который оказался или под кроватью, или под лежащей на стуле рубашкой. Разговаривая с малышом о том, что и как ищите, Вы приучаете малыша наблюдать за объектами.

При этом малыш усвоит и такое свойство предметов, как постоянство. Для малыша объект перестает существовать, как только он перестает его видеть, он не помнит об этом объекте. Играя в спрятанные предметы, **ребенок учится думать о предмете**, которого не видит. Ребенок не хочет выпускать из рук любимую игрушку или какую-то вещь и плачет, когда мама уходит из комнаты, поскольку не желает с ними расставаться, а думать об отсутствующих вещах и людях он еще не умеет. Но он научится это делать, если будет наблюдать, как они исчезают и появляются вновь.

Некоторым малышам, чтобы научиться помнить об объекте, который они не видят, нужны долгие и долгие месяцы.

Вполне естественно, что Вам очень хочется, чтобы малыш понял все сразу, но не раздражайтесь и не торопите малыша, он, как и все младенцы, овладевает мыслительными навыками медленно.

Постарайтесь играть в игры «Спрячь и найди», «Покажи где» с удовольствием. Ваш малыш будет учиться

быстрее, если и Вы, и он будете радоваться, играя вместе. Вас также будут **радовать все те маленькие успехи,** *которые делает малыш. Но для этого Вам надо научиться их видеть.*

МАЛЫШИ ПОСТЕПЕННО НАЧИНАЮТ ПОНИМАТЬ, ЧТО ОДНО СОБЫТИЕ ПРОИСХОДИТ ПОТОМУ, ЧТО ПЕРЕД НИМ ПРОИЗОШЛО ДРУГОЕ СОБЫТИЕ.

Как же малыш начинает понимать это?

Во-первых, производя действия с окружающими предметами. Например, он тянет за один конец одеяла, которым накрыт, и оно с него сползает. Он тянет к себе одеяло, на конце которого лежит игрушка, и вместе с одеялом к нему приближается игрушка.

Он сжимает резиновую игрушку, а она начинает пищать. Он бьет рукой по подвешенным на резинке или веревочке игрушкам, и они начинают раскачиваться, а погремушки греметь.

Во-вторых, наблюдая за Вашими действиями.

Когда малыш видит, как Вы стягиваете с него одеяло или сжимаете резиновую игрушку, он скорее всего захочет попробовать сделать то же самое.

И побуждает его к этому стремление к активности.

Конечно, малыш может играть и не со столь безопасными вещами, как игрушки или одеяльца. Он может схватить забытые Вами нож или ножницы или, увидев открытой дверь в туалет, зайти туда и начать плескаться водой в унитазе. В таких случаях малыша стоит увести от места его занятий или осторожно вытащить из его рук опасный предмет и сразу предложить ему какое-либо другое, не менее увлекательное занятие.

Когда малыш освоит действия с пищащими игрушками, научится играть в прятки, **Вас может начать раздражать стремление ребенка постоянно повторять одно и то же.**

Однако имейте в виду, что малышу нравится видеть, **как одно и то же событие происходит вновь и вновь.**

Всех родителей утомляет стремление ребенка играть в одни и те же игры, слушать одни и те же простенькие сказки, а родителям детей с недостатками развития приходится еще труднее, поскольку

для таких детей требуется больше времени, чтобы пресытиться той или иной игрой, тем или иным предметом,

той или иной сказкой.

Играя с малышом, постепенно вводите в игру новые элементы (например, вторую игрушку, которая тоже пищит, платок, которым можно накрываться, играя в прятки, и т. д.). Такой способ игры поможет малышу **постепенно** перейти от пряток и игры в пищащие игрушки к катанию их за собой, к езде на трехколесном велосипеде и далее к еще более сложным действиям. **Вот почему слушание писка любимой игрушки у малыша будет продолжаться до тех пор, пока он не освоит какую-то новую игру и она целиком завладеет его вниманием.**

При этом Вам не надо сидеть и ждать, когда это произойдет. Начинайте показывать малышу какую-либо новую игрушку и играйте в новые и старые игры по очереди.

МАЛЫШ УЧИТСЯ ЧТО-ЛИБО ДЕЛАТЬ, НАБЛЮДАЯ ЗА ДЕЙСТВИЯМИ ДРУГИХ ЛЮДЕЙ, ОСОБЕННО ЗА ДЕЙСТВИЯМИ ОКРУЖАЮЩИХ ЕГО ВЗРОСЛЫХ.

Малыш машет ручкой на прощание или делает ладушки, потому что видел, как это делали Вы. Большинство малышей начинают подражать взрослым очень рано.

ОДНАКО МАЛЫШУ С НЕДОСТАТКАМИ РАЗВИТИЯ, ЧТОБЫ НАУЧИТЬСЯ ПОДРАЖАТЬ КАКОМУ-ЛИБО ДЕЙСТВИЮ, НЕОБХОДИМО УВИДЕТЬ ЭТО ДЕЙСТВИЕ МНОГОКРАТНО.

Ваш малыш может много раз наблюдать, как Вы машете рукой или делаете ладушки, прежде чем поймет, что и он может это сделать.

ИНОГДА МАЛЫШ ОСВАИВАЕТ ДВИЖЕНИЕ БЫСТРЕЕ, ЕСЛИ ОДИН ВЗРОСЛЫЙ ПОКАЗЫВАЕТ ЕГО МАЛЫШУ, А ДРУГОЙ, СТОЯ ЗА СПИНОЙ МАЛЫША, ПОМОГАЕТ ЕМУ ПРОДЕЛАТЬ НЕОБХОДИМЫЕ ДЕЙСТВИЯ.

ТАКИЕ ДВА ДВИЖЕНИЯ, КАК МАХАНИЕ РУКОЙ НА ПРОЩАНИЕ И ЛАДУШКИ, ОЧЕНЬ ВАЖНЫ.

Махание рукой — это не просто движение, а жест, выражающий наше доброжелательное отношение к человеку, когда мы прощаемся или хотим, чтобы он обратил на нас внимание. Психолингвисты говорят в этом случае о языке жестов.

Ладушки — это движение, сопровождающееся песней и

помогающее малышу учиться взаимодействовать с людьми, двигаться ритмично, выполнять словесные команды. *Разумеется, крайне важно, чтобы Ваш малыш научился махать ручкой на прощание и играть в ладушки, однако если он еще не может сидеть без дополнительной опоры, то осваивать эти движения ему рано.*

Если малыш не может прямо держать голову и поддерживать равновесие без помощи рук, он не сможет овладеть жестами. В разделе о проблемах движения на с. 104 Вы можете прочитать о том, как развивается двигательная активность тела — от головы вниз и от туловища к периферии. Прежде чем малыш будет готов осваивать жесты руками, он должен настолько уметь управлять головой и туловищем, чтобы без посторонней помощи сидеть.

Вполне естественно, что отставание малыша в освоении жестов будет Вас тревожить. Однако помочь Вы ему сможете только в том случае, если будете учить его не маханию ручками и не ладушкам, а сидению и держанию головы. Если же Вы будете чересчур спешить, обучение малыша может затянуться.

МАЛЫШИ ПОСТЕПЕННО НАЧИНАЮТ ПОНИМАТЬ, ЧТО С ПРЕДМЕТОМ МОЖНО ПРОИЗВОДИТЬ ОДНИ И ТЕ ЖЕ ДЕЙСТВИЯ НЕ ОДИН РАЗ.

Ребенку с недостатками развития требуется довольно много времени, чтобы это понять.

Игрушка — это не объект, которым любуются.

Ее надо трогать.

Ее надо двигать.

С ней надо что-нибудь делать.

Малыш может играть с любым предметом. Он будет трогать и двигать абсолютно всё.

Любимыми игрушками самых маленьких являются прежде всего те, которые можно жевать.

Затем те, которые можно ударить, и, наконец, те, которые можно бросить.

Это соответствует схеме развития двигательной активности частей тела человека (см. с. 104).

Малыш стремится

жевать, поскольку осваивает движения головы;

ударять, поскольку осваивает движения рук;

бросать, поскольку осваивает движения кистей рук.

Все другие действия детей с игрушками связаны с активностью **нижней половины тела**, например: идти и тянуть за собой **игрушку**, кататься на трехколесном велосипеде.

ОБУЧЕНИЕ ЭТИМ ДЕЙСТВИЯМ ИДЕТ УЖЕ ПОСЛЕ ТОГО, КАК МАЛЫШ НАУЧИЛСЯ ЖЕВАТЬ, УДАРЯТЬ И БРОСАТЬ.

Малышам с недостатками развития требуется больше времени, чем другим, для освоения жевания, ударов и бросания, и Вы можете потерять терпение, видя, как буквально всё, до чего малыш может добраться, жуется, ударяется и бросается.

И все-таки постарайтесь сохранить спокойствие. На это время лучше подальше убрать вещи, которые Вам дороги, а для ребенка стоит приобрести прочные игрушки. Время от времени обязательно старайтесь отвлечься от занятий с малышом, проводя час-два в обществе только взрослых. Помните, что малыш не научится беречь вещи, не научившись их исследовать.

Очень важным моментом в развитии малыша является его открытие, что с игрушкой можно проделывать одни и те же действия не один раз. В этот момент он не только начинает овладевать произвольными движениями,

ОН УЧИТСЯ ПОЛЬЗОВАТЬСЯ ВЕЩАМИ.

Чтобы научиться пользоваться игрушкой, ребенку с недостатками развития требуется немало времени, и для этого ему необходимы игрушки, достаточно прочные в обращении (об этом можно прочесть на с. 133—134).

Иногда малыши годами не хотят расставаться с какой-нибудь потерявшей свой вид игрушкой.

В некоторых случаях, если им дать аналогичную старой новую игрушку, они забывают о старой. Но если в старой игрушке им нравится ее полинялый вид и покореженная форма, Вам придется смириться с тем,

что, выходя с малышом на прогулку, Вы вынуждены брать с собой столь непривлекательные вещи. Вам, конечно, кто-нибудь из прохожих (особенно если у него нет детей) может сказать, что Вы не любите своего малыша, раз даете ему старые игрушки. Постарайтесь не обращать внимания на эти слова. Ведь и взрослые люди долго могут носить старые-престарые домашние туфли, ходить в старой, но любимой шляпе и т. д. Взяв с собой на прогулку любимую игрушку, малыш будет чув-

ствовать себя спокойнее, особенно если Вы отправляетесь гулять в новое для него место или туда, где он чувствует себя не очень уютно.

ИНОГДА ПРИВЯЗАННОСТИ МАЛЫША К ПОТЕРЯВШЕЙ СВОЙ ВИД ИГРУШКЕ УДАЕТСЯ ИЗБЕЖАТЬ, ВОВРЕМЯ КУПИВ ЕМУ НОВУЮ И ПРОЧНУЮ.

Выбирайте игрушки для малыша столь же тщательно, как Вы выбираете себе вещь, которой пользуетесь постоянно.

Ведь игрушки значат в жизни малыша даже больше, чем, скажем, пишущая машинка для журналиста, кинокамера для репортера или хорошо оборудованная кухня для домашней хозяйки.

МАЛЫШ ДОЛЖЕН ИГРАТЬ НЕ ТОЛЬКО ДОМА, НО И НА УЛИЦЕ.

Очень важно, чтобы Ваш малыш бегал, лазил, копался в земле или в песке, качался на качелях, катался на трехколесном велосипеде, катал игрушечные коляски, машины и т. д.

ПУСТЬ МАЛЫШ ИГРАЕТ НА УЛИЦЕ КАК МОЖНО ЧАЩЕ.

Ему следует бывать на свежем воздухе каждый день, если только не слишком холодно или жарко и не идет дождь. Теплая и непромокающая одежда не даст ему замерзнуть в прохладную погоду, а в жару он может играть под тентом. Одежда, в которой малыш играет, не должна мешать ему свободно двигаться, но должна хорошо защищать локти и колени.

Недолгую прогулку и игры на свежем воздухе лучше всего проводить непосредственно перед едой или перед дневным сном.

В холодную погоду на улице лучше всего играть в середине дня, в жаркую — утром или вечером.

ОЧЕНЬ ХОРОШО ПРОГУЛЯТЬСЯ С МАЛЫШОМ В БЛИЗЛЕЖАЩИЙ ПАРК. НАБЛЮДАЯ ЗА ИГРАМИ ДРУГИХ ДЕТЕЙ И ИГРАЯ ВМЕСТЕ С НИМИ, ВАШ РЕБЕНОК СМОЖЕТ МНОГОМУ НАУЧИТЬСЯ.

Возможно, для прогулки в места, где играют другие дети, от Вас потребуется определенное мужество... Ведь и дети, и их родители могут отпускать обидные для

Вас и для Вашего малыша реплики, всячески подчеркивать его неловкость и неумелость. Ваша задача — научиться самой и научить своего малыша не обращать внимания на подобное поведение окружающих.

ПОСТЕПЕННО МАЛЫШИ НАЧИНАЮТ УЗНАВАТЬ СВОЙСТВА ПРЕДМЕТОВ.

Как только малыш понял, что предмет издает определенный звук, он начинает искать этот предмет взглядом, ориентируясь на идущий от него звук.

Малыш узнает, что стороны кубика окрашены в разные цвета, поворачивая кубик в руках.

Малыш узнает, что один кубик можно поставить на другой, когда проделывает с ними самые разные действия.

Наблюдая за падающей из рук игрушкой, малыш узнает, что если предмет отпускать из рук, то он будет **снова и снова** падать, примерно в одном и том же месте.

И чтобы видеть упавшую игрушку, он станет смотреть на пол, при этом требуя от играющего с ним взрослого поднять предмет с пола и дать его ему. Получив игрушку, малыш роняет ее снова. И снова требует от взрослого подать ее ему. Такое поведение малыша не может не раздражать.

Но прежде чем сердиться, следует внимательно понаблюдать за малышом, чтобы понять, что ему больше нравится: то, как падает игрушка, или то, как мама и папа ее поднимают.

МАЛЫШ УЧИТСЯ НЕ ТОЛЬКО ТОМУ, КАК НАДО ОБРАЩАТЬСЯ С ИГРУШКОЙ, НО И ТОМУ, КАК НАДО ОБРАЩАТЬСЯ С ВАМИ!

И каждое из этих умений крайне важно.

Ведь существенную часть навыков общения составляет умение человека выразить свое желание так, **чтобы окружающие поняли, что он хочет, и помогли этому** желанию исполниться.

Малыш нуждается не только в еде, одежде и ежедневном уходе, **ЕМУ НУЖНО ОБЩАТЬСЯ С ДРУГИМ ЧЕЛОВЕКОМ, ИГРАЯ, ИЛИ ДЕЛАЯ ЧТО-ТО ВМЕСТЕ С НИМ, ИЛИ «РАЗГОВАРИВАЯ» С НИМ, ДАЖЕ ЕСЛИ ГОВОРИТ ВЗРОСЛЫЙ, А МАЛЫШ ТОЛЬКО СЛУШАЕТ.**

МАЛЫШУ НЕОБХОДИМО НАУЧИТЬСЯ СООБЩАТЬ О СВОИХ ЖЕЛАНИЯХ СНАЧАЛА СВОИМ БЛИЗКИМ, А ЗАТЕМ И ВСЕМ ОКРУЖАЮЩИМ ЕГО ЛЮДЯМ.

Этому он постепенно научится, но практиковаться в общении он должен достаточно рано.

Но вряд ли Вам захочется, чтобы малыш научился не общению с людьми, а умению добиваться от них исполнения своих капризов.

Если Вы уверены, что он уже научился смотреть на пол и видеть упавший объект и что теперь он совершенствуется в умении добиваться от Вас исполнения своих желаний, сыграйте с ним в эту игру два-три раза, а затем улыбнитесь, обнимите малыша и, посмотрев на лежащую на полу игрушку, **оставьте ее там.**

ПОСТЕПЕННО МАЛЫШИ УЧАТСЯ ПОЛЬЗОВАТЬСЯ СРАЗУ ДВУМЯ ПРЕДМЕТАМИ.

Например, малыш, чтобы заставить мяч катиться быстрее, толкает его не рукой, а другой игрушкой.

С использования одного предмета для воздействия на другой начинается обучение тому, что

ложки и тарелки — для еды;
мыло — для умывания;
петли и пуговицы — для одевания.

а также тому, что

кукол можно обнимать;
из чашки — пить;
панамки и косынки носить на голове.

НАИБОЛЕЕ ЭФФЕКТИВНЫЙ ПУТЬ НАУЧИТЬСЯ ПОЛЬЗОВАТЬСЯ БЫТОВЫМИ ПРЕДМЕТАМИ И НАВЫКАМ ОБЩЕНИЯ — ИГРА С СООТВЕТСТВУЮЩИМИ ИГРУШКАМИ.

Так, игра в гостей помогает малышу освоить навыки поведения за столом; одевание и раздевание кукол — умение одеваться самому.

Стягивание с себя одежды и надевание шляп и ботинок окружающих также поможет малышу научиться самостоятельно одеваться.

Раздеться легче, чем одеться, и поэтому первому малыши научаются раньше, чем второму.

Практически все малыши довольно долго учатся разде-

ваться, но детям с недостатками развития нередко требуется еще больше времени, и они, будучи уже достаточно большими, нередко начинают раздеваться в присутствии посторонних людей.

Естественно, подобное поведение ребенка может смутить и Вас, и окружающих. Однако помните, что он не стремится шокировать публику, он просто пытается понять, как расстегиваются молнии и пуговицы и как снимаются штанишки.

Но если малыш продолжает этим заниматься, уже умея раздеваться сам, Вам, вероятно, стоит подумать о том, как изменить его поведение. О том, как это сделать наиболее эффективным образом, лучше проконсультироваться с психологом.

Нередко удается добиться желаемого эффекта, перестав обращать внимание на раздевание малыша. Когда он это проделает в очередной раз, оденьте его снова, никак не комментируя ни его, ни свои действия.

Находясь в магазине или у кого-нибудь в гостях, малыш может брать в руки понравившиеся ему вещи и играть с ними.

Разумеется, Вы не должны позволять ему трогать чужие вещи.

Ведь окружающим это вряд ли понравится, а малыш так и никогда не поймет, что есть вещи, которые принадлежат другим людям, и трогать их нельзя.

ПОНЯТЬ, КАКИЕ ВЕЩИ ЧУЖИЕ, А ЗНАЧИТ, ИХ ТРОГАТЬ НЕЛЬЗЯ, А КАКИЕ ЕГО, А ЗНАЧИТ, ИХ ТРОГАТЬ МОЖНО, МАЛЫШУ ДОВОЛЬНО ТРУДНО.

Когда малыш, несмотря на Ваши взгляды и одергивания, берет чужую вещь, он вовсе не старается рассердить ни Вас, ни хозяина вещи, она ему просто понравилась или чем-то сильно привлекла.

Если малыш взял в руки или начал трогать вещь, которую трогать не полагается, спокойно возьмите этот предмет и уберите его подальше с глаз ребенка.

Если Вы никогда не будете брать малыша туда, где он может схватить чужую вещь, он меньше увидит и меньше научится.

Поэтому, отправляясь куда-нибудь, берите малыша с собой, но не в те места, где малыш может что-либо разбить или сломать, скажем в магазин, где продается хрусталь.

В жизни каждого малыша наступает период, когда он особенно активно все трогает и хватает. В это время, отправляясь куда-нибудь с ним, вероятно, стоит принять какие-либо меры предосторожности. Скажем, если Вы идете в гости, предупредить хозяев, чтобы они убрали подальше бьющиеся и ценные вещи, а в магазине не выпускать малыша из прогулочной коляски.

Полезно также брать с собой несколько любимых игрушек малыша. И когда ему очень захочется потрогать что-нибудь, чего трогать нельзя, дать взамен одну из любимых игрушек.

Имеет смысл составить список магазинов и мест, куда с малышом Вам лучше не ходить, и посещать эти места, когда у Вас есть возможность оставить малыша на попечение другого человека.

Хотя утверждение о том, что Вы и Ваш малыш должны как можно больше общаться друг с другом, совершенно справедливо, не менее верно и то, что время от времени это общение должно прерываться.

5. Некоторые малыши не умеют общаться с другими детьми

Если Ваш малыш колотит других детей или кусается, они (и их мамы тоже) вряд ли захотят общаться с ним. Поскольку все дети, **а малыши с недостатками в развитии в особенности, учатся, наблюдая за действиями других людей,** очень важно, чтобы Ваш малыш имел возможность не только наблюдать за другими детьми, но и играть с ними.

Сначала малыш должен научиться просто играть рядом с другими детьми. Если же он кусается или дерется, Вы должны показать ему, как следует обращаться с другими детьми.

Но **если,** пытаясь отучить малыша от дурной привычки бить или кусаться, **Вы сами ударите или укусите его,** чтобы показать, как это неприятно другому, то в действительности Ваш ребенок поймет только то, что **даже мама и папа дерутся и кусаются.**

Чтобы понять, как Вам поступить, разберитесь сначала в том, что происходило перед тем, как Ваш малыш стукнул или укусил другого ребенка. Возможно, он просто отвечал ему ударом на удар.

ИНОГДА ДРУГИЕ ДЕТИ НАЧИНАЮТ КОМАНДОВАТЬ МАЛЫШАМИ С НЕДОСТАТКАМИ РАЗВИТИЯ, ПОСКОЛЬКУ ТЕ НЕ СПОСОБНЫ СЕБЯ ЗАЩИТИТЬ. ВПОЛНЕ ВОЗМОЖНО, ЧТО ВАШ РЕБЕНОК СТАЛ КУСАТЬСЯ И ДРАТЬСЯ, ПОТОМУ ЧТО ДРУГОЙ РЕБЕНОК УЖ СЛИШКОМ УСЕРДНО КОМАНДОВАЛ НАД НИМ.

НО ВОЗМОЖНО ТАКЖЕ, ЧТО ВАШ МАЛЫШ СТУКНУЛ ДРУГОГО, НЕ УМЕЯ СООБЩИТЬ ЕМУ О СВОЕМ ЖЕЛАНИИ И ПЫТАЯСЬ ЭТО СДЕЛАТЬ ТАКИМ СПОСОБОМ.

ЕСЛИ ВЫ НЕ МОЖЕТЕ РАЗОБРАТЬСЯ, ПОЧЕМУ ВАШ МАЛЫШ КУСАЕТСЯ И ДЕРЕТСЯ В ОБЩЕСТВЕ ДРУГИХ ДЕТЕЙ, ТО ИМЕЕТ СМЫСЛ ПРОКОНСУЛЬТИРОВАТЬСЯ ПО ЭТОМУ ВОПРОСУ С ПСИХОЛОГОМ. ПОНАБЛЮДАВ ЗА ТЕМ, ЧТО ПРОИСХОДИТ МЕЖДУ ВАШИМ МАЛЫШОМ И ОСТАЛЬНЫМИ, ОН ПОМОЖЕТ ВАМ ПОНЯТЬ, В ЧЕМ ДЕЛО.

РЕБЕНОК МОЖЕТ ОТБИРАТЬ ИГРУШКИ У БОЛЕЕ МЛАДШИХ ДЕТЕЙ,

поскольку игрушки этих детей ему нравятся больше, чем игрушки ровесников.

Как правило, малышу с недостатками развития требуется больше времени, чтобы научиться пользоваться игрушкой. Вот почему ему лучше играть с игрушками того же типа, с которыми играют более младшие дети.
Если в семье есть младшие дети, то это может приводить к ссорам между ними и старшим ребенком с недостатками развития. Но особенно велика вероятность ссоры в том случае, когда Вы берете малыша играть куда-нибудь вне дома, где есть дети младше его.

ЕСЛИ ВАШ МАЛЫШ ЕЩЕ НЕ ЗНАЕТ, ЧТО СУЩЕСТВУЕТ НЕ ОДИН, А МНОГО КРАСНЫХ МЯЧЕЙ,
то, увидев красный мяч, он может решить, что это тот самый мяч, с которым он обычно играет у себя дома.
Другие дети, катая в это время мяч друг к другу, не стали бы возражать против того, чтобы Ваш малыш включился в их игру. Однако он может еще не уметь толкать мяч в определенном направлении и с нужным усилием, чтобы мяч докатился до другого ребенка, он может также не уметь хватать катящийся на него мяч.
Будет лучше, если Вы поможете своему ребенку научиться играть и, сев за ним, станете толкать мяч и придерживать малыша, чтобы он дождался, пока другой ребенок кинет ему мяч обратно. Однако если малыш не улавливает смысла игры, не мучайте его и отвлеките от игры детей захваченной с собой любимой им игрушкой.
Возможно, Вашему малышу следует еще какое-то время одному поупражняться в игре с мячом.
Чтобы он не ссорился из-за своих игрушек с братьями и сестрами, игрушки малыша стоит аккуратно пометить. Лучшей меткой являются инициалы или имя ребенка,

которые можно нарисовать несмываемой краской. Если у малыша есть игрушка, которую он особенно любит, стоит купить еще одну, точно такую же, чтобы к тому моменту, когда игрушка станет никуда не годной, ее было чем заменить.

Когда малыш отправляется в места, где он может столкнуться с другими детьми, берите с собой его любимые игрушки.

Если в семье есть другие дети, это, как правило, благоприятно отражается на малыше с недостатками развития. Общаясь с братьями и сестрами, он быстрее научится общению с другими людьми. Однако многих родителей беспокоит, что их дети с недостатками развития могут оказать плохое влияние на своих братьев и сестер. Дескать, здоровые дети начнут подражать затрудненной речи или неуклюжей походке своего братика или своей сестрички.

Старшие братья и сестры. Старший брат или сестра могут выполнять обычную роль старших детей, помогая Вам ухаживать за малышом с недостатками развития. Может случиться, что они так увлекутся этим, что у них не станет хватать времени на собственные дела. Проследите, чтобы у старшего ребенка оставалось достаточ-

но времени для собственных дел: учебы, игр, общения с друзьями и т. д. Если у Вашего малыша несколько старших братьев и сестер, они могут ухаживать за ним по очереди и так же по очереди помогать Вам в работе по дому.

Иметь ли еще детей? Иногда родители малыша с недостатками развития сомневаются, надо ли им иметь еще детей. Если заболевание малыша наследственное, Вам стоит посоветоваться со специалистами. В женской консультации подскажут, куда Вам надо обратиться. Стоит также подумать о том, хватит ли у матери сил и здоровья растить и воспитывать еще одного ребенка. Как правило, если в семье у малыша с недостатками развития появляется здоровые братик или сестренка, младшего ребенка любят в этом случае больше.

Помощь в уходе за малышом с недостатками развития. Независимо от того, старше другие дети такого малыша или младше него, всегда может возникнуть ситуация, когда из-за ухода за малышом с недостатками развития на его братьев и сестер у родителей будет оставаться мало времени. Полностью замыкать жизнь семьи на нуждах и потребностях ребенка с недостатками развития неразумно. Но нелегко разумно сочетать удовлетворение потребностей одного ребенка и нужд других. Если малыш с недостатками развития бьет других детей или берет их вещи, поступайте с ним так же, как и с обычным ребенком. Не следует думать, что остальные дети должны считаться с дурным поведением ребенка с недостатками развития только потому, что они здоровы, а он не такой, как они. Дурные поступки не следует поощрять ни у одного из детей.

Разговор с другими детьми о малыше с недостатками развития. По мере того как другие дети взрослеют, объясняйте им, почему их братик или сестра растет не таким или не такой, как они, и обсуждайте с ними связанные с ребенком, имеющим недостатки в развитии, семейные планы. Внимательно выслушивайте предложения и опасения своих здоровых детей. Взросление — это нелегкий процесс, а взросление в семье, где растет братик или сестренка с недостатками развития, в чем-то похоже на ситуацию, когда к тебе относятся как к взрослому, а ты еще только взрослеешь.

6. Иногда малыши с недостатками развития стремятся командовать родителями

Есть вещи, которые малыш делает с целью обратить на себя внимание родителей.

Он может сильно кричать или капризничать.

Он может начинать капризничать, как только мама отходит от него или если она занимается с другими детьми.

Он может делать угрожающие его здоровью вещи, и матери приходится все время следовать за ним, чтобы вовремя его остановить.

Он может все время что-то ронять, чтобы мать поднимала упавший предмет.

Он может отказываться есть.

Если Вы уверены в том, что малыш находится в безопасности и ни в чем серьезно не нуждается, то не следует бежать к нему всякий раз, как он начинает кричать. С ним ничего не случится от того, что он немного поплачет или подождет, пока Вы кончите заниматься с другим ребенком, или закончите свои домашние дела, или просто дочитаете газету.

Некоторые малыши с недостатками развития задерживают дыхание настолько, что синеют.
Малыш, прекратив дышать, уверен, что на него сразу обратят внимание.

ЕСЛИ У МАЛЫША ВРЕМЯ ОТ ВРЕМЕНИ ПРЕРЫВАЕТСЯ ДЫХАНИЕ, ВЫЯСНИТЕ ПРИЧИНУ ЭТОГО.
Проверьте, не застряло ли у него что-нибудь в горле. Если сами Вы ничего не видите, то вызовите врача, чтобы он осмотрел горло и дыхательные пути малыша. Хотя такое случается нечасто, все же не исключена

возможность, что малыш научился сдерживать свое дыхание нарочно, поскольку, КАК ТОЛЬКО ОН ПЕРЕСТАЕТ ДЫШАТЬ, ИМ НЕМЕДЛЕННО НАЧИНАЮТ ЗАНИМАТЬСЯ.

Если малыш научился сдерживать дыхание, внимательно понаблюдайте за тем, что происходит, если после этого:

Вы берете его на руки;
прекращаете кормить;
начинаете с ним играть.

Если дыхание восстанавливается само собой после какого-то из перечисленных действий, то это означает, что малыш, **не умея сообщить окружающим о своих желаниях,** усвоил такой способ, заставляющий взрослых обратить на него внимание.

Чтобы помочь малышу научиться сообщать о своих потребностях и желаниях, понаблюдайте за ним и предложите ему то, что, как Вам кажется, ему нужно, одновременно назвав это соответствующими словами (например: «Дать пить»), а затем отойдите от него.

Это поможет малышу начать учиться говорить или показывать Вам, чего он хочет.

Если Вы уверены в том, что малыш получает все необходимое, если Вы стараетесь его понять, когда он пытается сообщить Вам о своих желаниях, то Вы не должны расстраиваться от того, что малышу хочется завладеть всем Вашим вниманием, а Вы не можете его уделить ему.

Вы не должны чувствовать себя виноватой оттого, что не проводите с малышом все свое время, поскольку у Вас есть и другие дела,

а малышу необходимо усвоить, что никто не будет терпеть его капризы.

Разумеется, Вы не захотите, чтобы Ваш малыш чувствовал себя покинутым и одиноким.

Поэтому будет неплохо, если малыш будет играть на Ваших глазах, пока Вы делаете свои дела или читаете. Он в это время может не только играть с любимой игрушкой, но послушать музыку или детскую пластинку.

Если задержка дыхания малыша не вызвана какой-либо физической причиной, то дыхание восстановится, когда Вы, взяв его на руки, нерезко встряхнете его.

Если малыш не дышит достаточно долго, Вам придется сделать ему **искусственное дыхание** (см. с. 33). Иногда малыши могут управлять задержкой дыхания и возобновлять его произвольно.

Очень важно, чтобы при задержках дыхания малыша Вы вели себя спокойно.

Независимо от того, задерживает малыш дыхание специально или нет, Ваше волнение только ухудшит его состояние и помешает Вам выполнить необходимые процедуры.

Как только дыхание восстановится, ведите себя так, как будто ничего не произошло, и продолжайте заниматься своими делами.

Конечно, следовать этому совету нелегко.

Естественной реакцией родителей на малыша, который не дышит, является испуг и потеря душевного равновесия.

Но если Вы будете нервничать, то не сможете определить, в какого типа помощи нуждается малыш и нуждается ли он в ней вообще, а значит, Вы фактически обучите его тому, как привлечь к себе внимание, всего лишь глубоко вдохнув и задержав дыхание.

Иногда младшие школьники специально играют в задержку дыхания. Задерживая дыхание достаточно долго, они могут даже потерять сознание. Но как только это происходит, дыхание возобновляется автоматически. Такая игра не способствует здоровью, ведь организм постоянно нуждается в поступающем при дыхании кислороде.

Лучший способ отучить ребенка от игры в задержку дыхания — не обращать на нее внимания и посоветовать всем остальным поступать так же.

ИНОГДА МАЛЫШИ С НЕДОСТАТКАМИ РАЗВИТИЯ ПРИВЫКАЮТ СПАТЬ ТОЛЬКО В ПОСТЕЛИ СВОИХ РОДИТЕЛЕЙ.

Спать в одной постели с родителями любят практически все малыши.

Нередко родители беспокоятся о том, что с малышом может что-то случиться ночью, а они не уследят, поэтому для собственного спокойствия они кладут ребенка спать вместе (см. об этом в разделе «Сон», с. 66).

В БОЛЬШИНСТВЕ СЛУЧАЕВ ПОЛЕЗНЕЕ ДЛЯ

ВАС И ДЛЯ МАЛЫША СПАТЬ РАЗДЕЛЬНО.

Большинство малышей не любят, когда их укладывают спать.

Если малыш перед сном немного покричит, с ним ничего плохого не случится.

Посмотрите, всё ли у него есть, что ему надо, и удобно ли он лежит, и если это так, то не обращайте внимания на его капризы.

Даже новорожденные могут научиться делать определенные вещи только для того, чтобы добиться внимания. Если Вы убеждены, что Ваш малыш не обделен любовью и заботой, то его капризы и желание спать вместе с Вами лучше игнорировать.

Если Вы будете спокойно относиться к тому, что малыш спит в своей кроватке, и не будете волноваться по этому поводу, то и малыш будет спокойно спать один.

VI

Дети с недостатками в развитии испытывают значительные трудности при овладении речью

1. Трудности в освоении речи у ребенка с недостатками развития могут быть вызваны следующими причинами

Если у Вашего малыша нарушен слух, у него скорее всего будут проблемы с освоением практически всех форм речи и языка (см. с. 213).

НЕКОТОРЫЕ МАЛЫШИ С НЕДОСТАТКАМИ РАЗВИТИЯ, ПОХОЖЕ, ПЛОХО РАЗЛИЧАЮТ ЗВУЧАЩУЮ РЕЧЬ. ПОРОЙ ДАЖЕ КАЖЕТСЯ, ЧТО ОНИ НЕ ПОНИМАЮТ, КОГДА ВЫ ГОВОРИТЕ, А КОГДА НЕТ.

В таких случаях, говоря, постарайтесь приблизиться к малышу настолько, чтобы Ваше лицо было ему хорошо видно;

младенцу, чтобы четко видеть, приходится учиться фокусировать глаза.

Малыши и дети с недостатками развития нередко не в состоянии видеть так далеко, как мы считаем их способными видеть. Новорожденные умеют фокусировать глаза на предмете, находящемся на расстоянии около 15 сантиметров от их лица.

Всё, что находится дальше, воспринимается ими как расплывшиеся пятна.

Когда малыши начинают учиться понимать, что говорят окружающие, им **необходимо видеть лицо говорящего**, без чего они не смогут понять, произносится ли что-то приятное, неприятное, сердитое или же взрослый просто устал и расстроен.

Позаботьтесь, чтобы посторонние звуки не мешали малышу слышать то, что Вы ему говорите.
Если в доме радио, телевизор или проигрыватель включены на полную мощность, малышу будет трудно выделить звук Вашего голоса на их фоне.

Если Вы любите слушать музыку или держите постоянно включенными радио или телевизор, поставьте их как можно дальше от того места, где обычно играет малыш, и не включайте их на сильную громкость.

Когда Вы общаетесь с малышом, то подойдите к нему достаточно близко и говорите с ним так, как будто сообщаете ему что-то очень важное и личное.

Следует говорить с малышом, и находясь достаточно далеко от него. Ему нужно слышать Ваш голос не только вблизи, но и на некотором расстоянии. Однако, чтобы по-настоящему научиться Вас понимать, малыш должен слышать голос на таком расстоянии, на котором он смог бы различать звучание отдельных слов.

Малыши очень медленно начинают понимать речь окружающих! Любимым словом Вашего малыша окажется скорее всего то, которое он слышит чаще всего и которое несложно выделить из речевого потока.
Чем чаще Вы, глядя на малыша и улыбаясь ему, будете говорить с ним и произносить его имя, тем скорее он научится радоваться звуку своего имени и станет отвечать на него улыбкой, гулением или протягиванием к Вам ручек.

Если Ваш малыш не улыбается, не гулит и не тянется к Вам, когда Вы произносите его имя,
и, похоже, даже не замечает это,
то, вполне естественно, Вам не захочется ему улыбаться и у Вас может пропасть желание говорить с ним.
Однако помните, что единственный путь для малыша научиться понимать Вас, — это слушать обращенную к нему речь. А если при этом Ваша речь будет ласковой и радостной, то ребенку будет интересно ее слушать.
Говоря с малышом, старайтесь до него дотрагиваться.
Если у малыша нарушены зрение и слух, то прикосновение поможет ему разобраться, когда Вы говорите, а когда нет. А если Ваш малыш видит и слышит так же, как все остальные дети, прикосновение поможет ему приготовиться слушать то, что Вы собираетесь ему сказать.

Кроме того, попросите окружающих, когда они будут говорить с малышом или брать его на руки, называть его по имени.

Поскольку малыш должен уметь не только выделять звук человеческого голоса из всех прочих звуков, но и различать его тембр и интонацию, очень важно, чтобы он слышал свое имя, произносимое и высокими, и низкими, и громкими, и тихими голосами, и будет лучше, чтобы при этом ему улыбались и говорили с ним ласково.

В этом случае он научится выделять из звучания других слов свое имя,

НЕЗАВИСИМО ОТ ТОГО, КТО ЕГО ПРОИЗНОСИТ.

Малыши с недостатками развития иногда с трудом понимают, что от них хотят.

Обычно, когда друзья или знакомые семьи, общаясь с ребенком, говорят ему фразы типа:

«Дай мне мяч»,
«Садись»,
«Открой ротик»,
«Дай мне посмотреть» и т. д.,

малыш выполняет всё, о чем его просят.

А Ваш малыш может не понимать, что означают эти фразы, и, относясь к ним как к игре, убегать, или смеяться, или просто глядеть на Вас.

Он даже может не обращать на Ваши слова никакого внимания.

Вас может смутить, если кто-либо из окружающих увидит, как Вы попросили малыша что-то сделать, а он это проигнорировал. Однако в действительности малыш, может быть, и не игнорировал Ваши слова, а просто их не понял, поскольку сам факт общения с Вами поглотил все его внимание.

Возможно также, что он не понял, что Вы обращаетесь к нему и за ним наблюдаете. Поэтому пусть мнение окружающих Вас не беспокоит.

Когда, несмотря на все Ваши усилия объснить малышу, что Вы заняты, он продолжает требовать Вашего внимания, Вы, естественно, начинаете сердиться. Однако помните, что раздражение — плохой советчик. Если Вы накажете малыша, его желание узнать то, чему Вы пытаетесь его научить, может угаснуть.

ПОМОГИТЕ МАЛЫШУ ПОНЯТЬ, ЧЕГО ВЫ ОТ НЕГО

ХОТИТЕ, ПОКАЗЫВАЯ ЕМУ ЭТО.

Если Вы хотите, чтобы малыш дал Вам мяч, возьмите его за руку, назовите его по имени и скажите: «Дай мне мячик», а затем **подведите его к мячу или поверните лицом к нему.**

Когда Вы говорите ему, сначала назвав по имени: «А теперь садись», — то возьмите его и мягко, но решительно за плечи и **помогите ему сесть.**

Не забывайте называть **малыша** по имени, а после того как он выполнит то, о чем Вы его просите, улыбнитесь ему и скажите: «Молодец!»

Все это может потребовать очень много времени, но если Вы будете продолжать повторять попытки и показывать действия малышу, то постепенно он научится Вас понимать.

Малыш не научится *делать* **то, что Вы хотите, если не будет** *понимать,* **что же Вы хотите.**

ВАШ МАЛЫШ МОЖЕТ НЕ ИЗДАВАТЬ ЗВУКОВ И НЕ ПЫТАТЬСЯ ГОВОРИТЬ, ПОДОБНО ДРУГИМ ДЕТЯМ.

Очень важно, чтобы Вы и в этом случае продолжали с ним разговаривать.

Малыши начинают понимать, что им говорят, до того, как становятся способны говорить сами.

Прежде чем малыш сможет сказать: «Еще пить», он должен понять, что Вы *имеете в виду, спрашивая его:* «Еще попить?» И он должен уметь ответить на Ваш вопрос, открывая рот, кивая головой, протягивая руки или, наоборот, отворачиваясь в сторону. При этом понять Ваш вопрос малышу помогает то, что Вы держите в руке бутылку или стакан с питьем.

Чтобы помочь малышу научиться повторять Ваши слова, Вам следует, отчетливо их произнося, одновременно делать то, что эти слова означают, то есть, говоря что-то малышу, Вы должны ему это и показывать.

Когда Вы говорите малышу: **«Этого делать нельзя»,** то ожидаете, что он прекратит свое занятие, но он не прекращает.

Малышу с недостатками развития иногда трудно понять, что значит «нельзя». И когда Вы говорите ему «нельзя», он может вести себя так же, как и в случае, когда Вы называете его по имени.

Некоторые малыши с трудом различают слова и не мо-

гут реагировать на одно слово одним способом, а на другое слово другим. **Это очень затрудняет общение с ними. Но это вовсе не значит, что Вы должны прекратить разговаривать с ними!**

Если с ним не говорить, малыш не научится ни понимать слова, ни произносить их.

Малышу легче будет понять смысл слов и различать их, если,

ПРОСЯ ЕГО О ЧЕМ-НИБУДЬ, ВЫ БУДЕТЕ ГОВОРИТЬ С НИМ ЛАСКОВО, А ПРОИЗНОСЯ: «НЕТ, НЕЛЬЗЯ», ГОВОРИТЬ РЕШИТЕЛЬНЫМ ТОНОМ И УКОРИЗНЕННО КАЧАТЬ ГОЛОВОЙ.

Не слишком расстраивайтесь, если Вам кажется, что малыш ничему не учится, но обязательно продолжайте с ним заниматься.

Помните, что некоторым малышам крайне медленно дается понимание того, что значат слова «нет» и «нельзя».

Малыш быстрее научится понимать эти слова, если Вы будете говорить их лишь в тех случаях, когда ему грозит опасность и запрет действительно крайне необходим.

Если Ваш малыш не отличает звуков речи от шума пылесоса или работающих радио и телевизора, то он в ответ на Ваши слова не

повернется к Вам,
не улыбнется,
не станет гулить,
не прекратит свои действия.

Если Ваш малыш при звуках музыки не танцует или не раскачивается в такт, не хлопает в ладоши, то, вполне возможно, что у него не всё в порядке со слухом.

Обратитесь к отоларингологу, чтобы он проверил слух малыша.

Если малыш плохо слышит, то очень важно проконсультироваться с сурдопедагогом, чтобы тот рассказал Вам, как надо говорить и играть с ребенком, чтобы помочь ему учиться максимально эффективно.

Возможно также, что малыш не смотрит на Вас, не улыбается, не гулит, не прекращает своих действий в ответ на Ваше «нельзя», потому что он не научился различать слова и не понимает их смысл.

Когда малыш не реагирует на Ваши ласковые слова, Вы можете решить, что малыш не хочет быть вместе с Вами, а это, конечно, Вас расстроит.
На самом деле ребенок очень привязан к Вам, но средствами выражения своих чувств он еще не владеет. Продолжайте активно выражать свои чувства, чтобы у малыша был пример для подражания.

ВАШ МАЛЫШ МОЖЕТ НЕ МАХАТЬ РУЧКОЙ НА ПРОЩАНИЕ, КАК ЭТО ДЕЛАЮТ ДРУГИЕ ДЕТИ. Махать ручкой на прощание — это действие, которому, по мнению большинства людей, малыш должен научиться

чуть ли не в первые месяцы жизни. Большинство малышей действительно учатся этому жесту в возрасте нескольких месяцев.

БЫВАЕТ И ТАК, ЧТО МАЛЫШ МАШЕТ РУЧКОЙ ЛЮБОМУ ВСТРЕЧНОМУ.

Как в первом, так и во втором случае окружающие могут провожать Вас и Вашего малыша удивленным взглядом.

Постарайтесь не обращать внимания на подобные взоры и продолжайте махать малышу в тех случаях, когда это уместно. Это поможет ему понять смысл этого движения и других жестов. Иными словами, он поймет, что

прощание можно выразить маханием руки,
запрет — качанием головы,
согласие — ее киванием,
симпатию — воздушным поцелуем.

Для некоторых малышей с недостатками развития выражение своих чувств и желаний с помощью рук может оказаться наиболее эффективным способом общения с окружающими.

ИНОГДА МАЛЫШАМ С НЕДОСТАТКАМИ РАЗВИТИЯ С БОЛЬШИМ ТРУДОМ УДАЕТСЯ

выучить детскую считалку,
что-нибудь спеть,
играть пальцами.

Обычно родителям и малышам нравится всем этим заниматься, однако Ваш малыш отказывается проговорить считалку, спеть или сыграть с Вами.

ПРОБЛЕМА МОЖЕТ БЫТЬ В ТОМ, ЧТО МАЛЫШ ПРОСТО НЕ СПОСОБЕН СОСРЕДОТОЧИТЬСЯ НА ДОСТАТОЧНО ДОЛГИЙ ПРОМЕЖУТОК ВРЕМЕНИ.

Держите под рукой книжки с картинками и показывайте их малышу в короткие промежутки отдыха. Разглядывая картинки вместе с Вами, ребенок будет учиться умению сосредоточиваться.

Детям с недостатками развития требуется больше времени, чтобы у них возник интерес к детским стихам, песенкам и играм с пальцами.

Не прекращайте попыток.

И читайте детские стишки и пойте песенки, когда Вы кормите малыша или же занимаетесь какой-нибудь работой по дому, а он наблюдает за Вами.

НЕКОТОРЫЕ МАЛЫШИ С НЕДОСТАТКАМИ РАЗВИТИЯ НЕ МОГУТ УСИДЕТЬ НА МЕСТЕ, КОГДА ВЫ ИГРАЕТЕ С ИХ ПАЛЬЧИКАМИ В «СОРОКА, СОРОКА, ГДЕ БЫЛА?...».

Возможно, Ваш малыш очень чувствителен к прикосновению и ему нужно освоиться с тем, что до него дотрагиваются. Попробуйте воспользоваться процедурами снижения чувствительности, описанными на с. 41, 44—46.

Не расстраивайтесь из-за того, что малыш учится медленно. Он не может быстрее. Он хочет научиться всему, чему его учат, но ему это очень трудно.

Ваш малыш может не уметь играть в игры типа «Где у нас носик?».

Он может просто показывать на лицо, или оставлять ручку в воздухе, или недоуменно смотреть на Вас.

Он может продолжать не уметь этого, даже будучи намного старше тех детей Ваших знакомых, которые уже давно научились играть в «Где у нас носик?». *При подобных обстоятельствах родители, разочаровавшись в способности своего ребенка что-то освоить, склонны скрывать от окружающих, как их малыш делает ошибки и, вообще, как мало он умеет.*

Однако очень важно, чтобы Вы не прекращали учить малыша различать части своего тела, указывая на них пальчиком.

НАИБОЛЕЕ БЛАГОПРИЯТНАЯ СИТУАЦИЯ ДЛЯ ПОКАЗА, ГДЕ У РЕБЕНКА ПАЛЬЧИКИ, РУКИ, ГЛАЗКИ И НОСИК, — ЭТО УМЫВАНИЕ ЛИЦА, МЫТЬЕ РУК И ВЫТИРАНИЕ НОСА.

Пение песенок и игра при умывании и вытирании носа — это очень хорошие упражнения.

Если малыш не способен сам показать ручкой на нос, возьмите его ручку в свою и проделайте нужное движение, перед тем как вытрите его носик.

2. Малыши учатся произносить звуки, когда видят и слышат, как это делают окружающие

Постепенно их гуление и лепет переходят в звуки, напоминающие те, что произносят окружающие взрослые.

У некоторых малышей с недостатками развития лепет и гуление отсутствуют.

В этом случае необходимо помочь малышу научиться лепетать и гулить.

Малыш начинает учиться управлять произнесением звуков, когда слышит, как взрослые повторяют звуки, которые произносятся им спонтанно.

Постепенно он начинает повторять случайно произнесенный им звук в ответ на Ваше подражание этому звуку.

Малыш сначала отвечает какими-то звуками, когда Вы произносите уже знакомый ему звук,

и *позднее начинает отвечать Вам этими звуками всякий раз,* когда Вы говорите с ним.

Постепенно малыш начнет отвечать Вам звуками, приближающимися к тем, что произносите Вы, и, наконец, эти звуки упорядочиваются у него в первые слова, такие, как *мама, дай,* и даже такие, как его собственное имя.

Этот процесс занимает немало времени у всех малышей, но **малышам с недостатками развития**, чтобы научиться имитировать звуки, произносимые родителями, **времени требуется еще больше.**

3. Некоторые малыши с недостатками развития не в состоянии научиться произносить звуки и слова

При этом понимать слова они могут.

Многие звуки такие малыши не воспроизводят из-за особенностей строения полости рта, голосовых связок или из-за нарушений в отделах головного мозга, контролирующих работу звукопроизносительного аппарата.

Естественно, когда малыш не произносит слов, которые говорят другие дети, родители могут прийти от этого в отчаяние. Наедине друг с другом или с близкими Вам людьми позволительно пожаловаться на свалившееся на Вас несчастье, но своему малышу не следует показывать своего огорчения. Вы должны вести себя так, будто неспособность издавать звуки вполне естественна.

Если Вы будете продолжать разговаривать с малышом, он постепенно научится понимать бóльшую часть того, что Вы ему говорите.

Ваш малыш может научиться общаться с Вами с помощью жестов.

Он может научиться убирать разбросанные игрушки, когда Вы попросите его об этом.

Не умея сказать слово «нет», он может научиться отрицательно качать головой.

Если же Ваш малыш недостаточно подвижен, чтобы убирать вещи или качать головой, он может научиться общаться с Вами с помощью взгляда. **Постарайтесь быть хорошим слушателем,** внимательно наблюдая за малышом и отвечая ему.

Маленькие дети обычно повторяют то, что слышат от окружающих.

Если Ваш малыш, имея какие-то недостатки в развитии, не в состоянии это делать,
он будет смотреть на Вас отсутствующим взглядом даже тогда, когда Вы, глядя на него, показываете любимую его игрушку мишку и просите его сказать «мишка».
Несомненно, такое поведение малыша может повергнуть в уныние, однако постарайтесь не дать малышу почувствовать, как Вы несчастны.
Старайтесь говорить с малышом бодрым, ласковым голосом и не забывайте улыбаться ему.

Некоторым малышам надо услышать какое-нибудь слово много-много раз, прежде чем им захочется произнести его.
Играя с малышом, постоянно повторяйте названия тех игрушек или предметов, которые ему нравятся.
Малыш скорее научится произносить **название любимой игрушки,** чем название какой-нибудь нелюбимой еды.
Если Вы одновременно назовете ему несколько предметов, то только запутаете его. **Выберите нравящиеся малышу предметы и постоянно повторяйте их названия. Чем интереснее для малыша произносимые слова, тем скорее он научится их повторять вслед за Вами.**

ВАШ МАЛЫШ ГОВОРИТ ТАК, ЧТО ЕГО ТРУДНО ПОНЯТЬ.

Нередко малыши с недостатками развития, пытаясь говорить, издают звуки и двигают мышцами лица, но эти звуки не являются членораздельной речью. Главное — **не расстраивайтесь.**
Если Вы хотите понять малыша, будучи уверенными в том, что он хочет что-то сказать, оглянитесь вокруг и, подумав, какие из только что произошедших событий могли взволновать его, постарайтесь **угадать,** *о чем он пытается сообщить. Если, по Вашему мнению, Вы угадали, то малышу ответьте спокойным, ласковым голосом.*

Когда ребенок подрастет, Вы можете просить повторить сказанное им еще раз.
Однако, если повторенные им слова разобрать не удалось, постарайтесь угадать их и ответить малышу.
Не просите повторить их в третий раз. Это может оказаться для него настолько трудным делом, что в следую-

щий раз, когда он захочет Вам что-нибудь сказать, то не станет этого делать, предвидя Ваши просьбы о повторении.

Если после нескольких месяцев занятий с ним малыш не научится говорить разборчивее, Вам, вероятно, стоит показать его логопеду и отоларингологу, чтобы они определили, не вызваны ли трудности в произношении особенностями строения полости рта.

В некоторых случаях Вашему малышу может помочь операция. Однако у большинства проблемных малышей трудности в произношении связаны с тем, что у них плохо согласуются движения мышц языка, рта и голосовых связок.

МАЛЫШ НЕ ГОВОРИТ, А ПОКАЗЫВАЕТ НА ВЕЩИ ПАЛЬЦЕМ.

Когда ребенок вдруг начинает понимать, что разные предметы по-разному называются, он может бояться назвать неправильно предмет и станет показывать на него пальцем.

Все малыши, пока учатся произносить слова, чаще показывают пальцем на предмет, чем называют его.

Поскольку малыши с недостатками развития обычно учатся дольше, они могут дольше прибегать при общении к показыванию пальцем.

Часто бывает нелегко понять, на что именно показывает малыш, поскольку в указываемом им направлении находится много разных вещей.

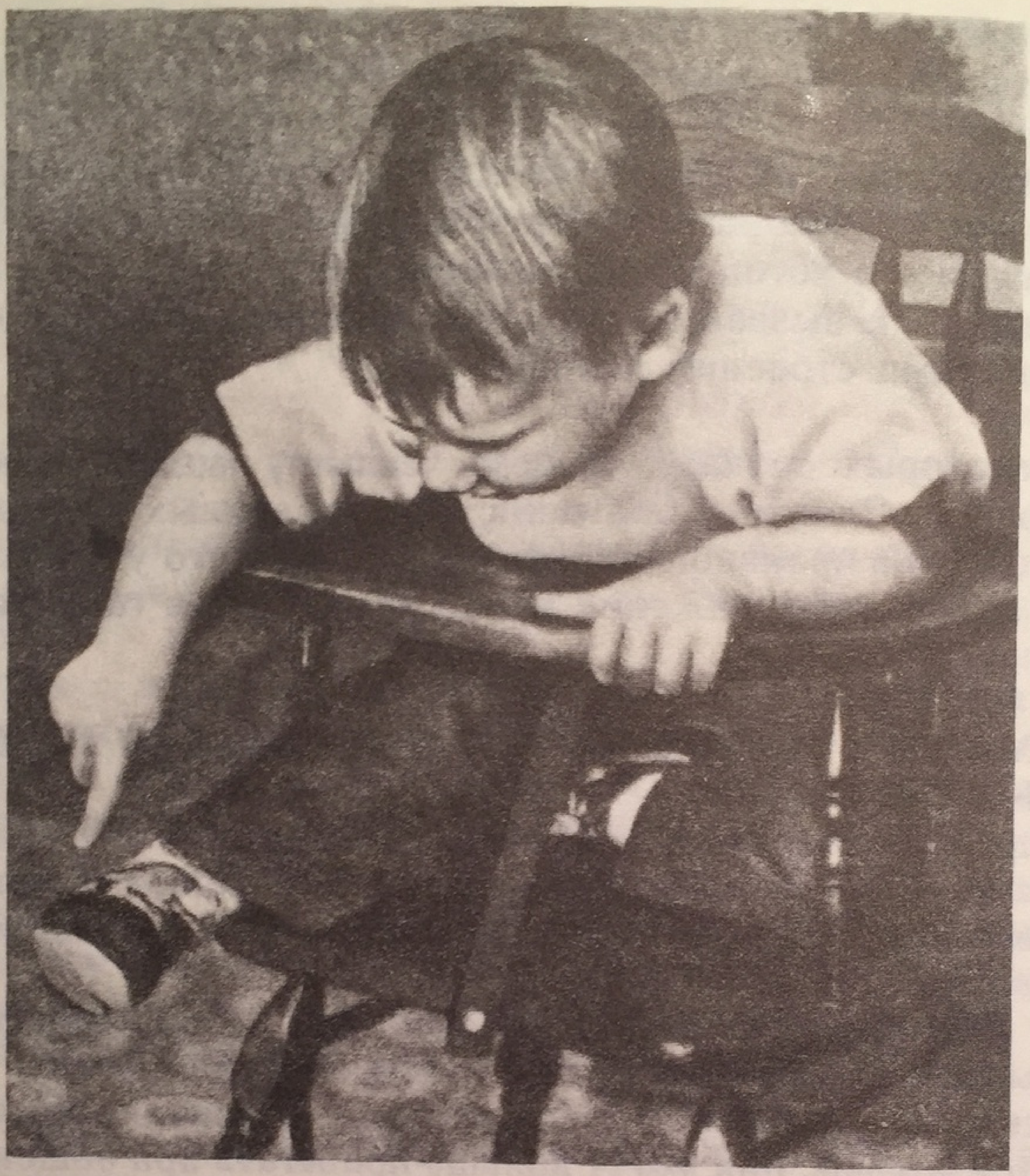
Будьте терпеливой и постарайтесь угадать, что же заинтересовало малыша,

например, по очереди поднося ребенка к разным предметам, чтобы он мог дотронуться до того из них, который имел в виду. Вы также можете сами по очереди дотрагиваться до предметов, на которые указывает малыш, и по его реакции определить, что же его все-таки заинтересовало.

Может случиться и так, что Вы поднесете малыша поближе, а он уже потерял интерес к предмету.

Но в любом случае, поднося малыша поближе к предмету или дотрагиваясь до вещи сами, *обязательно* произносите ее название.

Будьте терпеливы и день за днем показывайте малышу тот или иной предмет и называйте его.



В присутствии посторонних людей или в общественных местах не всегда удобно показывать и называть малышу тот предмет, которым он заинтересовался. Но если Ваши действия не доставят окружающим особого беспокойства, старайтесь поощрить интерес малыша к тому, что он видит. Окружающие в конце концов поймут, что Вам надо учить малыша.

Помните и о том, что если он не будет учиться говорить и в присутствии других людей, то он не станет стремиться к тому, чтобы его понимали не только Вы, но и они.

Конечно, Вам хочется, чтобы малыш говорил настолько отчетливо, чтобы окружающие понимали. Вполне возможно, что позднее он этому научится.

Однако для начала важно, чтобы малыш знал, что Вы его понимаете. Для этого Вам следует относиться к его нечленораздельной речи как к вполне нормальной и обычной.

Если Вы будете внимательно слушать своего малыша,

это поможет ему научиться слушать Вас и делать то, о чем Вы его просите.

ВАШ МАЛЫШ МОЖЕТ ОГРАНИЧИВАТЬСЯ ПРОИЗНЕСЕНИЕМ ОТДЕЛЬНЫХ ЗВУКОВ, А ВЕЩИ И СВОИ ЖЕЛАНИЯ ОБОЗНАЧАТЬ ЖЕСТАМИ.

Он может, сложив руки вместе, качать их вперед и назад, указывая тем самым, что хочет, чтобы ему дали его любимого мишку.

Он может сесть на пол рядом с холодильником, показывая тем самым, что хочет есть.

Он может стянуть с вешалки свое пальто, показывая, что ему хочется погулять.

Обозначение предмета каким-то даже и неправильным звуком или каким-то действием — это начало произнесения правильных звуков.

Многие малыши называют машину «би-би», собаку — «гав-гав» и изобретают собственные звуки и слоги, обозначающие членов семьи.

Такие звуки и жесты — это начальная стадия освоения правильных звуков и общепринятых жестов.

Отнеситесь со вниманием к желанию малыша что-то Вам сообщить! Не поправляйте его ошибок, а действуйте так, как если бы его высказывание было вполне понятным.

4. Ваш малыш может не отвечать ни улыбкой, ни радостным лепетом, когда к нему обращаются незнакомые люди

Люди в большинстве своем любят малышей и поэтому в магазинах, в транспорте или других общественных местах улыбаются им и заговаривают с ними.

МНОГИЕ МАЛЫШИ С НЕДОСТАТКАМИ РАЗВИТИЯ НЕ УЛЫБАЮТСЯ ИМ В ОТВЕТ И НЕ НАЧИНАЮТ ЛЕПЕТАТЬ.

Иногда они просто смотрят на этого человека.
Иногда отворачиваются от него.
Иногда начинают плакать.

Все малыши время от времени ведут себя именно так, но если Ваш ребенок ведет себя только так, *то Вас, вероятно, это станет тревожить. Вам может прийти в голову, будто люди подумают, что Вы плохая мать и растите неприветливого, мрачного ребенка.*

Однако не забывайте, что большинство из обращающихся к малышам людей уже сталкивались с тем, что дети не отвечают на их ласковое обращение, а иногда и просто плачут в ответ.

Многие из них растят или уже вырастили собственных детей, и вполне вероятно, что они уже сталкивались с малышами, имеющими какие-то недостатки в развитии.

Некоторые люди заговаривают с малышом именно потому, что ребенок с недостатками развития, и вниманием к нему они хотят подбодрить Вас.

Даже если их внимание Вас смущает, не отказывайтесь из-за этого от совместных прогулок с малышом в места, где много других людей.

Чтобы развиваться, Вашему малышу нужен самый разнообразный опыт.

VII

За некоторыми малышами очень трудно ухаживать

1. Некоторых малышей трудно умывать и купать

Когда младенцев купают, они обычно плещутся и брызгаются, поэтому приходится следить за тем, чтобы они не соскользнули в воду с головой.

Купание малыша требует от нас полной сосредоточенности.

МАЛЫШЕЙ С НЕДОСТАТКАМИ РАЗВИТИЯ КУПАТЬ, КАК ПРАВИЛО, ЕЩЕ СЛОЖНЕЕ, ЧЕМ ОБЫЧНЫХ.

Их мышцы могут внезапно напрягаться, а тело деревенеть, и их очень тяжело удержать.

Возможно, Вам придется помещать малыша в ванне каким-нибудь специальным способом (подробнее см. на с. 94).

Мышцы Вашего малыша могут непроизвольно расслабляться, и он постоянно будет выскальзывать у Вас из рук.

Хорошим способом купания такого малыша является тот, что описан на с. 95.

Некоторые малыши с недостатками развития засовывают в рот мыло, и за этим необходимо следить.

Возможно, в этом случае лучше мыть ребенка жидким мылом или шампунем.

Некоторые проблемные малыши любят опускать лицо в воду и не вытаскивают его даже для того, чтобы дышать.

Иногда, опустив лицо в воду, они делают там вдох. Это очень опасно.

Вот почему Вам следует тщательно подготавливать каждое купание малыша и распределять свои действия в это время так, чтобы Ваше внимание всегда было сосредоточено на ребенке (см. рекомендации на с. 94—95).

Никогда не оставляйте малыша одного в ванне, даже на несколько секунд.

НИКОГДА НЕ ОПУСКАЙТЕ РЕБЕНКА В ВАННУ, НЕ УДОСТОВЕРИВШИСЬ В ТОМ, ЧТО ВОДА НЕ СЛИШКОМ ГОРЯЧА.

У многих малышей с недостатками развития кожа очень чувствительна, и они не могут купаться в такой горячей воде, как обычные дети.

Кроме того, таким малышам трудно понять или сообщить Вам, что вода чересчур горяча для них.

Если Вы не умеете правильно определить, насколько горячей должна быть вода, пользуйтесь термометром.

Купая ребенка, не разрешайте ему играть с кранами.

Малыш может испугаться или обжечься, если, играя, внезапно откроет кран с горячей водой.

КУПАНИЕ — ВЕСЬМА ПОДХОДЯЩИЙ СЛУЧАЙ, ЧТОБЫ ПОДКЛЮЧИТЬ ОТЦА К ЖИЗНИ РЕБЕНКА.

Иногда малыша трудно купать одной, тогда дополнительная пара рук не помешает. В других случаях отец, купая малыша сам, дает матери возможность немного передохнуть.

Перед купанием оденьтесь так, чтобы не бояться намокнуть. Возможно, Вам стоит надеть непромокаемый передник (вначале его стоит опробовать: он может быть очень скользким и затруднять держание малыша или же может чересчур нагреваться в жаркую погоду).

Купать малыша лучше там, где Вы не будете бояться облить стены водой или забрызгать их. Перед купанием необходимо приготовить чистые полотенца.

ПОСТАРАЙТЕСЬ ОРГАНИЗОВАТЬ КУПАНИЕ ТАК, ЧТОБЫ ОНО ДОСТАВЛЯЛО РАДОСТЬ ВАМ И ВАШЕМУ МАЛЫШУ!

Игра в воде полезна для всякого малыша, а для малыша, у которого затрудненные движения, такая игра ПРОСТО НЕОБХОДИМА,

поскольку в теплой воде он может двигаться свободнее, чем где бы то ни было.

Малыши с недостатками зрения могут тренировать в воде чувство осязания, играя с резиновой уткой, мокрым полотенцем, губкой, какой-нибудь пластмассовой игрушкой.

Во время купания малышу хорошо поупражняться в наполнении водой пластмассовых кружек, стаканчиков и выливании ее обратно в ванночку,

хорошо также поиграть в бросание резинового мяча, плавающего на поверхности воды.

Малыши, которые плохо слышат, в ванной могут хуже реагировать на Ваши слова, так как плеск воды будет заглушать то, что Вы им говорите.

Все связанные с купанием трудности

МОГУТ ЗАСТАВИТЬ ВАС ОТНЕСТИСЬ К КУПАНИЮ КАК К ТЯЖЕЛОЙ ОБУЗЕ,

и Вам захочется **время от времени пропускать его.**

Однако **купание должно быть ежедневной процедурой,** особенно важной для детей с недостатками развития, поскольку такие дети не всегда могут вовремя пожаловаться на зуд или другие неприятные ощущения.

Кроме того, они легко могут покрываться сыпью или язвочками.

Мойте малыша тщательно, не пропуская ни одной складки кожи.

Очень важно также тщательно и осторожно вытирать малыша, тогда на его коже не будет покраснений и других нежелательных явлений.

НЕКОТОРЫХ МАЛЫШЕЙ С НЕДОСТАТКАМИ РАЗВИТИЯ ПРИХОДИТСЯ КУПАТЬ НЕСКОЛЬКО РАЗ В ДЕНЬ.

Такие малыши проливают на себя пищу, чаще обычных детей пачкают штанишки, делая в них свои большие и маленькие дела, часто слюнявят свою одежду, и, чтобы от ребенка не шел неприятный запах, его чаще приходится купать.

ИНОГДА У ВАС ДАЖЕ СОЗДАЕТСЯ ВПЕЧАТЛЕНИЕ, ЧТО ВЫ ТОЛЬКО-ТОЛЬКО УБРАЛИ ВАННОЧКУ, КАК МАЛЫША НАДО УЖЕ КУПАТЬ СНОВА.

Относитесь к этому спокойнее, ведь малыш вовсе не хочет добавить Вам лишние хлопоты.

Чтобы купание не казалось Вам унылым и тяжелым занятием, отнеситесь к нему как к процедуре, без которой Вы не сможете содержать малыша в чистоте, и как ко времени разговоров и игр с ним. Купание — прекрасная возможность для обучения малыша различать части тела.

Договоритесь с кем-нибудь из близких Вам людей, чтобы время от времени купал ребенка он, а Вы могли бы заняться чем-то другим или слегка отдохнуть.

После такого перерыва Вы станете получать от ежедневного купания малыша больше удовольствия.

2. Некоторые малыши с трудом приучаются ходить на горшок

Возможно, Вам придется пользоваться пеленками дольше, чем это приходится делать с обычными детьми.

Подождать, пока Ваш малыш будет готов к обучению ходить на горшок, вполне разумно, однако помочь малышу освоить этот навык надо обязательно.

По мере того, как ребенок растет, умение ходить на горшок приобретает все бóльшую значимость.

МАЛЫШИ ИНОГДА НЕ ХОТЯТ САДИТЬСЯ НА ГОРШОК, ИНОГДА ОНИ ЛЮБЯТ СИДЕТЬ НА НЕМ, НО ПРИ ЭТОМ НИЧЕГО НЕ ДЕЛАЮТ.

И нередко делают свои дела в штаны, как только встают с горшка.

Малыш может описать штанишки и продолжать играть.

Все малыши время от времени так себя ведут, однако Ваш ребенок может делать это всегда.

ОБУЧЕНИЕ УМЕНИЮ ХОДИТЬ НА ГОРШОК НЕЛЬЗЯ ОСУЩЕСТВЛЯТЬ ОТ СЛУЧАЯ К СЛУЧАЮ, им надо заниматься **постоянно,** только тогда будет какой-то эффект.

Если Вы еще настолько заняты, что не можете на протяжении всего дня следить за тем, когда малышу понадобится горшок, то лучше подождать и подержать малыша в пеленках еще некоторое время.

Как долго держать малыша в пеленках, Вы должны решить сами.

Это зависит от здоровья малыша и от Вашего собственного здоровья.

Это также зависит от того, посещает ли малыш ясли и готовы ли работники яслей помочь Вам учить малыша пользоваться туалетом.

Если Вы ждете в скором времени появления нового ребенка, если Вы должны лечь на операцию, уехать в отпуск и т. д., то стоит подождать, пока это экстраординарное событие закончится.

При этом необходимо позаботиться, чтобы одно экстраординарное событие не сменялось другим.

От обучения туалетным навыкам **удовольствия** не получает никто. Оно требует времени и терпения **даже в том случае, если дети легко и быстро осваивают эти навыки.**

Вашего малыша можно начать обучать туалетным навыкам, когда его пеленки будут оставаться сухими на протяжении по меньшей мере двух часов подряд. К этому моменту мочевой пузырь ребенка уже достаточно большой для того, чтобы удерживать некоторое количество мочи, а мускулы достаточно развиты, чтобы открывать и закрывать мочеиспускательный канал. Как правило, к этому же времени у малыша появляется регулярный стул один или два раза в день, и он обычно испражняется и одновременно писает.

ВЫ ПОМОЖЕТЕ МАЛЫШУ НАЛАДИТЬ ВЫДЕЛИТЕЛЬНЫЕ ПРОЦЕССЫ, ЕСЛИ БУДЕТЕ

кормить его в одно и то же время,

давать ему пить в промежутках между кормлениями также в одно и то же время,

укладывать его спать в одно и то же время, а также следить за тем, чтобы он достаточно много двигался и играл.

Чтобы стул был регулярным, малышу надо есть много овощей и фруктов, а также каши для формирования каловых масс.

Если у малыша нерегулярный стул, стоит обратиться к врачу, чтобы он назначил малышу особую диету.

Если же разные способы добиться регулярного стула у малыша оказались безуспешными, **необходимо специальное обследование, чтобы определить причину сложностей со стулом.**

Иногда дети с физическими недостатками не могут управлять мышцами, ответственными за выделение, и нуждаются в том, чтобы выделение осуществлялось осо-

быми способами.

Однако большинство малышей — в том числе и с недостатками развития — вполне способны научиться ходить на горшок.

Даже те малыши, которые еще не говорят настолько хорошо, чтобы сказать, что им надо на горшок, могут сообщить **Вам** об этом как-нибудь иначе.

Даже те малыши, которые слишком плохо двигаются, чтобы добраться до горшка, могут сообщить Вам, что им требуется горшок. Но научиться пользоваться горшком они могут, только если Вы будете регулярно сажать их на него.

Даже те малыши, которые плохо сидят и не могут усидеть на простом горшке, могут пользоваться стульчиком с отверстием, если Вы сделаете специальное приспособление, которое поможет им сидеть (см. с. 50).

Поскольку при обучении ходить на горшок штанишки ребенка придется часто снимать и Вы, конечно, захотите, чтобы он научился это делать сам,

МАЛЫША ЛУЧШЕ ОДЕВАТЬ В ОДЕЖДУ, КОТОРУЮ ЛЕГКО СНЯТЬ.

Наиболее удобна для этого одежда, состоящая из двух частей.

Тогда и Вы, и сам малыш сможете спускать штаны и снова надевать их, не раздеваясь целиком.

Штаны, которые держатся на резинке, удобнее, так как у них не надо застегивать и расстегивать пуговицы или молнию.

ЕСЛИ ВЫ РЕШИЛИ НАЧАТЬ ОБУЧЕНИЕ МАЛЫША ТУАЛЕТНЫМ НАВЫКАМ, СТОИТ СШИТЬ СПЕЦИАЛЬНЫЕ ШТАНИШКИ.

Лучше всего подойдут штаны из **хорошо держащей влагу махровой ткани,** чтобы описавшийся малыш не создавал чересчур много хлопот.

Позаботьтесь о том, чтобы одежда малыша легко стиралась.

Вероятно, Вам понадобится больше штанишек, чем рубашек.

Вам потребуются также дополнительные носочки и лишняя пара ботинок, которые малыш мог бы надеть, пока сохнут его описанные штанишки, носочки и ботинки.

МАЛЫШ МОЖЕТ И НЕ ОЩУЩАТЬ, ЧТО ЕГО МОЧЕВОЙ ПУЗЫРЬ НАПОЛНИЛСЯ, А ПРЯМАЯ КИШКА ГОТОВА К ИСПРАЖНЕНИЮ.

Вы научите его распознавать эти ощущения,
если станете сажать малыша на горшок через небольшие и одинаковые промежутки времени, он сначала и́зредка, а потом все чаще будет делать свои большие и маленькие дела в тот момент, когда сидит на горшке.

В этих случаях лучше сразу обнять малыша и похвалить его, говоря: «Молодец! Пи-пи на горшке!» — или любые другие слова, которые кажутся Вам подходящими. При этом стоит одним словом обозначать его маленькие дела, а другим — большие.

Если слова, употребляемые обычно для обозначения выделительных процессов, Вам неприятны, то придумайте свои слова.

Сделав это, научите этим словам не только малыша, но и всех окружающих его и общающихся с ним людей.

Малыш не будет путаться, если все окружающие его взрослые люди будут пользоваться одними и теми же словами для обозначения его маленьких и больших дел.

Начав обучение туалетным навыкам,
НЕ ПРЕРЫВАЙТЕ ЕГО
за исключением, конечно, каких-либо чрезвычайных семейных событий или серьезной болезни малыша.

Обучение должно быть систематическим.

САЖАЙТЕ МАЛЫША НА ГОРШОК ЧЕРЕЗ КАЖДЫЙ ЧАС, НО НЕ БОЛЬШЕ, ЧЕМ НА ПЯТЬ МИНУТ ПОДРЯД.

Сажайте его на горшок утром сразу после сна,
перед едой,
после еды,

между завтраком и обедом,
между обедом и ужином,

перед купанием
и перед сном.

Подобный режим может показаться Вам слишком обременительным по времени,
однако постарайтесь, чтобы и Вы, и Ваш малыш относились к нему как чему-то обязательному и обыденному.

СТАРАЙТЕСЬ НЕ ПОДНОСИТЬ МАЛЫШУ ГОРШОК, А ОТВОДИТЬ ЕГО К НЕМУ.

Если малыш будет идти сам, у него может возникнуть чувство, что он сам садится на горшок, а не его туда сажают.

Перед тем как сажать малыша на горшок, скажите ему, назвав его по имени: «А теперь сядем на горшок», а затем покажите ему, как снимаются штанишки, и, если **будет время, пусть он попробует сделать это сам.**

Одновременно можно ему сказать: «Вот и сняли мы штанишки».

После этого посадите малыша на горшок или помогите ему сесть самому.

Пока малыш сидит на горшке, будьте рядом, но не разговаривайте с ним и не отвлекайте его игрушками.

Поскольку в течение дня Вам придется повторять эту процедуру много раз, то положите неподалеку от того места, где будете сажать малыша на горшок, любимую книгу или журнал, чтобы Вам было чем заняться.

Чтобы быть уверенной в том, что малыш сидит на горшке достаточно долго, первое время следите за этим по часам (можно воспользоваться песочными часами, рассчитанными на 5 минут).

Следите также за тем, чтобы малыш не оставался на горшке настолько долго, что, заскучав, он начинал бы играть туалетной бумагой или чем-то попавшимся под руку.

Помните, если ребенок сидит на горшке **дольше пяти минут, ему будет трудно понять и усвоить, что он на нем должен делать.**

ПОСЛЕ ТОГО КАК МАЛЫШ ПОСИДЕЛ НА ГОРШКЕ ПЯТЬ МИНУТ, ПОДНИМИТЕ ЕГО И ВЫТРИТЕ ЕМУ ПОПКУ.

Одновременно с этим скажите, назвав его по имени: «Ну а теперь мы встаем». Наденьте на него штанишки или помогите ему сделать это самому, сопровождая Ваши действия словами: «А теперь мы наденем штанишки». Затем опорожните горшок и вымойте его.

Ребенок может захотеть помочь Вам держать горшок, когда Вы его опорожняете.

Не препятствуйте ему в этом. Он научится чувствовать свою ответственность за всю туалетную процедуру.

Потом помогите ему вымыть ручки, произнося при этом

имя малыша и слова: «Ну а теперь мы помоем ручки». Если ребенок не хочет помогать Вам опорожнять горшок, сначала вымойте руки малыша, а затем уже мойте горшок.

НЕ ЗАБЫВАЙТЕ САМИ МЫТЬ РУКИ, ПРЕЖДЕ ЧЕМ ВОЗЬМЕТЕСЬ ЗА ДРУГИЕ ДОМАШНИЕ ДЕЛА.

У большинства малышей с недостатками развития защитные силы организма ниже, чем у обычных детей. Если Вы не станете тщательно мыть руки с мылом после каждой туалетной процедуры, то можете стать разносчиком инфекции.

НЕКОТОРЫЕ РОДИТЕЛИ ДЛЯ ОБУЧЕНИЯ РЕБЕНКА ТУАЛЕТНЫМ ПРОЦЕДУРАМ ПОЛЬЗУЮТСЯ ОБЫЧНЫМ УНИТАЗОМ.

Если ребенок уже достаточно большой и сидеть на унитазе ему удобно и если он может сидеть без посторонней поддержки, то имеет смысл обучать его, пользуясь туалетом для взрослых.

При этом можно использовать обычное сиденье для унитаза с прикрепленным к нему маленьким сиденьем.

Перед унитазом лучше поставить маленькую скамеечку, которую малыш может использовать и как ступеньку для залезания на сиденье, и как подставку для ног. Малышу будет спокойнее, если его ноги будут опираться на что-то.

Мальчикам иногда бывает легче осваивать туалет, сидя на унитазе задом наперед, лицом к бачку.

После пяти минут сидения на унитазе помогите малышу слезть с него и вытрите ему попку.

НИКОГДА НЕ СПУСКАЙТЕ ВОДУ, ПОКА МАЛЫШ СИДИТ НА УНИТАЗЕ.

ПОСЛЕ КАЖДОГО СИДЕНИЯ НА ГОРШКЕ ИЛИ НА УНИТАЗЕ ПРИЛАСКАЙТЕ МАЛЫША НЕЗАВИСИМО ОТ ТОГО, ОКАЗАЛСЯ ЭТОТ ОПЫТ УСПЕШНЫМ ИЛИ НЕТ.

ВРЕМЯ ОТ ВРЕМЕНИ ВАШ МАЛЫШ БУДЕТ ДЕЛАТЬ СВОИ ДЕЛА В ШТАНИШКИ.

Такое бывает со всеми детьми, однако с Вашим ребенком эти «казусы» будут случаться более часто.

Поэтому перед началом обучения малыша туалетным процедурам имеет смысл покрыть мягкую мебель и ковер *полиэтиленовой пленкой*. Будет лучше, если Вы отложите на время покупку нового ковра.

Чтобы случаи с испачканной малышом одеждой не заставали Вас врасплох, всегда держите наготове несколько чистых штанишек и комплектов верхней одежды.

Практичнее стирать одежду малыша чаще, а не покупать ее в количестве, обеспечивающем смену белья в течение нескольких дней.

Когда малыш сделал свои дела в штанишки, не ругайте его. Вымойте его и уберите всё по возможности быстро и спокойно.

НО НЕ ЗАБЫВАЙТЕ ПОКАЗАТЬ, ЧТО ВЫ ЗАМЕТИЛИ, ЧТО МАЛЫШ СДЕЛАЛ СВОИ ДЕЛА НА ГОРШОК, И ВАС ЭТО РАДУЕТ.

Ведь малышу обычно хочется повторить то, что привлекает Ваше внимание. Если на ситуацию с испачканными штанишками Вы будете реагировать сильнее, чем на ситуацию с горшком, то малыш поймет, что первая ситуация для Вас важнее, и будет добиваться Вашего внимания, делая свои дела в штаны.

ЧЕРЕЗ НЕКОТОРОЕ ВРЕМЯ ПОСЛЕ НАЧАЛА ОБУЧЕНИЯ МАЛЫША ХОДИТЬ НА ГОРШОК У ВАС МОЖЕТ ПОЯВИТЬСЯ ОЩУЩЕНИЕ, ЧТО ВСЕ ВАШЕ ВРЕМЯ ПОСВЯЩЕНО ЭТОМУ ПРЕДМЕТУ.

Однако не прекращайте усилий и не устраивайте ни себе, ни малышу перерывы.

Время от времени договаривайтесь с кем-нибудь из окружающих, чтобы тот Вас подменил. Когда вся процедура уже отработана, другому человеку будет нетрудно заменить Вас и дать Вам возможность немного отвлечься. Однако Вы должны позаботиться о том, чтобы малыш садился на горшок **через каждый час — в течение всего дня и каждый день, включая воскресенья и праздники.**

ПОСКОЛЬКУ РЕБЕНОК С НЕДОСТАТКАМИ РАЗВИТИЯ МНОГИЕ ГОДЫ ВО МНОГИХ ОТНОШЕНИЯХ СОХРАНЯЕТ ЗАВИСИМОСТЬ ОТ ОКРУЖАЮЩИХ,

усилия, затраченные на обучение умению ходить в туалет, пока ребенок еще мал, обязательно себя окупят.

Если малыш посещает ясли или сад, то необходимо, чтобы воспитатели и нянечки следовали той же процедуре обучения туалетным навыкам, какую Вы установили дома.

Поэтому Вам надо подробно описать Вашу процедуру обучения малыша туалетным навыкам и,
размножив описание в нескольких экземплярах, раздать ее людям, которые занимаются с Вашим ребенком в детском учреждении.

Если же детский сад не может помочь малышу освоить навыки хождения на горшок, то, вполне вероятно, это учреждение не сможет помочь ему научиться и другим жизненно важным умениям.

3. Некоторых малышей очень трудно одевать

Малышам гораздо легче двигаться, когда на них ничего не надето, тогда ничто не препятствует нагибаться, поворачиваться и ползать.

Вот почему большинство малышей любит стаскивать с себя одежду.

И часто одевание малыша превращается в настоящую борьбу.

МАЛЫШЕЙ С НЕДОСТАТКАМИ РАЗВИТИЯ ОДЕВАТЬ ЕЩЕ ТРУДНЕЕ, ЧЕМ ОБЫЧНЫХ.

Вы начинаете одевать такого малыша, а его тело может одеревенеть, а голова и плечи откинуться назад. Его руки и ноги также могут одеревенеть, и их будет трудно отвести от туловища, чтобы всунуть в рукава и штанины. Если это произошло, то не вытягивайте руки и ноги малыша насильно.

Если у малыша есть проблемы с движениями, то, перед тем как одевать, Вам, возможно, придется класть его в позу лежа на боку, чтобы ребенок мог расслабиться (см. с. 82).

Любого малыша легче одевать, когда он находится в положении лежа на боку.

Полезно также приобретать или шить малышу такую одежду, которую легко надевать.

Одежду, которая целиком расстегивается на груди или на спине, надевать гораздо легче, чем ту; которая не расстегивается полностью и которую надо надевать через голову.

Если у малыша есть одежда, которую надо надевать че-

рез голову, Вы можете облегчить ее надевание, вделав на груди или на спине легкую нейлоновую молнию или же разрезав переднюю часть одежды, подошьете края и пришьете к ним тесемки.

По мнению многих родителей, легче всего надевать на малыша свободные или же растягивающиеся комбинезоны, застегивающиеся спереди на молнию.

НЕКОТОРЫЕ ДЕТИ С НЕДОСТАТКАМИ РАЗВИТИЯ ПРИ ОДЕВАНИИ НЕ ДЕРЕВЕНЕЮТ, А, НАОБОРОТ, РАССЛАБЛЯЮТСЯ, И ИХ РУКИ И НОГИ БОЛТАЮТСЯ, КАК У ТРЯПИЧНОЙ КУКЛЫ.

Рукам и ногам таких малышей очень трудно придать упругость, необходимую для того, чтобы натянуть рукава и штанины.

В этом случае малышу стоит покупать свободную одежду, причем желательно из растягивающейся ткани.

Трехмесячных и более взрослых малышей одевать легче, если их посадить или прислонить к себе.

Нередко сидя малыш может контролировать свои мышцы в большей степени, чем когда он лежит или его держат на весу на руках.

Голову и ручки малыша обычно трудно продеть в рубашки Т-образной формы.

Будьте внимательны, чтобы не согнуть ручки малыша и не повернуть его голову так, что ему будет больно.

Покупайте или шейте малышу возможно более легкую и эластичную одежду, не стесняющую его движений.

Если одежда малыша не будет эластичной, например будет сшита из плотной джинсовой ткани, Вам будет тяжело его одевать, а ему будет трудно двигаться. Кроме того, жесткая ткань может раздражать малыша.

ВАШ МАЛЫШ МОЖЕТ ЛЮБИТЬ СТАСКИВАТЬ С СЕБЯ ОДЕЖДУ И ИГРАТЬ НАГИШОМ.

Большинство малышей любят это делать. Когда на них нет одежды, они чувствуют себя свободнее и им удобнее двигаться.

Вы вряд ли захотите, чтобы малыш играл на улице или при посторонних нагишом.

Хотя малыш, снимающий одежды при посторонних, может смутить Вас, помните, что он вовсе не пытается обратить на себя внимание.

Он просто учится самостоятельно одеваться,

ведь первая стадия освоения умения одеваться — это умение раздеваться.

ПРЕЖДЕ ЧЕМ МАЛЫШ БУДЕТ ГОТОВ УЧИТЬСЯ ОДЕВАТЬСЯ, ОН ДОЛЖЕН ПОПРАКТИКОВАТЬСЯ В РАЗДЕВАНИИ.

Разумеется, Вы не захотите, чтобы малыш раздевался в общественных местах, однако очень важно, чтобы у него была возможность попрактиковаться в раздевании. Для этого очень подходит время перед купанием и перед сном.

Когда наступает пора для обучения раздеванию, стоит специально несколько изменить режим дня малыша так, чтобы у него было достаточно времени для раздевания перед сном или купанием.

Поскольку освоение навыков раздевания займет у малыша какое-то время, и, вероятно, довольно долгое, днем стоит одевать его в такую одежду, которую нелегко снять. В этом случае Вы без опасений сможете брать его с собой туда, где Вам не удастся непрерывно наблюдать за ним и где его раздевание было бы неуместным.

Помните, что, если малыш уже начал практиковаться в раздевании, он может сделать это где угодно и когда угодно.

Поскольку у малыша с недостатками развития обучение раздеванию и одеванию обычно затягивается, он попрежнему будет практиковаться в раздевании, хотя остальные дети в его возрасте уже умеют одеваться. Будьте терпеливой и не препятствуйте малышу в его стремлении раздеться. Когда он станет постарше, Вы можете покупать ему ту или иную одежду специально для таких упражнений.

Жакеты, вязаные шапочки, ботинки и штаны, которые можно одеть поверх другой одежды малыша, все это годится и для практики в раздевании, и для игры.

Вам надо лишь позаботиться, чтобы одеваемые поверх вещи были достаточно прочными и могли выдержать постоянное стягивание и натягивание и **чтобы они легко стирались.**

РАЗДЕВАНИЕ И ОДЕВАНИЕ — ЭТО ОДНО ИЗ НАИБОЛЕЕ ВАЖНЫХ УМЕНИЙ, КОТОРЫМ УЧАТСЯ МАЛЫШИ.

4. Некоторые малыши пользуются вещами не так, как это делают другие дети

Вместо того чтобы вынуть игрушку из коробки и играть с ней, малыш достает из коробки все игрушки, а затем начинает вытаскивать

содержимое буфета,
книги с книжной полки,
вилки и ложки из ящиков стола,
белье из бельевого шкафа и т. д.

При этом малыш не ищет какую-то конкретную вещь, ему нравится сам процесс извлечения вещи оттуда, где она хранится.

На деле он пользуется вещами, однако не в обычном смысле этого слова.

Малыша может интересовать, как много вещей может находиться в ящике стола.

Его может также интересовать, сколько места на полу займут игрушки, если их, вынув из ящика, разложить по одной.

Малыш может вытащить всё из мусорного ведра.

Он вовсе не собирался устроить беспорядок, он хотел посмотреть, что же находится в мусорном ведре.

Его могут привлечь какие-нибудь яркие обрезки бумаги.

Да и само ведро может вызвать интерес у малыша, и он попытается или надеть его на себя, или покатать по полу вместо игрушечной машинки, или залезть в него.

Малышу может нравиться играть с листьями комнатных растений, или барабанить по клавишам пианино каким-нибудь предметом, или жевать лежащие на журнальном столике газеты, или тянуть на себя занавески на окнах.

Конечно, подобное поведение ребенка выводит взрослых из себя. Еще бы, ведь Вам кажется, что малыш стремится испортить все Ваши вещи.

Но даже если он действительно испортил какую-то вещь, не забывайте, что он вовсе не хотел этого.

ОН ПРОСТО ТАКИМ ОБРАЗОМ ПЫТАЛСЯ УЗНАТЬ, ЧТО ЖЕ ЭТО ЗА ДИКОВИНА И ЧТО С НЕЙ ДЕЛАЮТ.

Поэтому во избежание недоразумений и конфликтов дорогие для Вас вещи разумнее убрать подальше; кроме того, стоит позаботиться о том, чтобы у малыша было достаточно привлекательных для него вещей для игры (см. с. 136—138).

Малыши с плохим зрением, с отставанием в психическом развитии нуждаются в том, чтобы исследовать окружающие их вещи дольше и подробнее.

Таких малышей могут заинтересовать вещи, которые других детей оставляют равнодушными, например им может захотеться

потрогать собственные испражнения,

погладить рукой кашу,

посмотреть, как будет выглядеть стена, если ее полить кефиром

или провести по ней фломастером.

В КОНЦЕ КОНЦОВ С ВАШЕЙ ПОМОЩЬЮ МАЛЫШ НАУЧИТСЯ

убирать все игрушки в коробку и доставать только те, с которыми собирается играть, не трогать содержимое буфетов и ящиков стола,

любоваться комнатными цветами, а не есть их листья,

пользоваться в туалете туалетной бумагой, а не рукой и т. д.

Однако вначале малыш будет исследовать все эти вещи со всех сторон.

РАЗУМЕЕТСЯ, ВСЕ ДЕТИ УЧАТСЯ ТОЧНО ТАКИМ ЖЕ ОБРАЗОМ, НО У МАЛЫША С НЕДОСТАТКАМИ РАЗВИТИЯ ОБУЧЕНИЕ ОБЫЧНО НЕСКОЛЬКО, А ИНОГДА И ЗНАЧИТЕЛЬНО ЗАТЯГИВАЕТСЯ.

Подрастая и становясь сильнее, он сможет добираться до вещей, которые недоступны другим детям, поскольку период, когда те исследуют всё без разбору, у обычных детей заканчивается несколько раньше.

Вам, возможно, придется убирать вещи в более недоступные места и на более длительный срок, чем в семьях, где растут обычные дети.

Родители рано или поздно приходят к тому, что **часть вещей необходимо предохранять пленкой,**

а часть следует убрать подальше с глаз детей и запереть.

ИНОГДА ДЕТИ С НЕДОСТАТКАМИ РАЗВИТИЯ ОКАЗЫВАЮТСЯ НЕОБЫЧНО НАСТОЙЧИВЫМИ В ПОИСКЕ ВЕЩЕЙ, КОТОРЫЕ ОСОБЕННО ИХ ЗАИНТЕРЕСОВАЛИ.

И если такую вещь Вам не жалко и у нее нет ни острых краев, ни легко отделяющихся частей, которые можно засунуть в рот, то лучше всего **разрешить малышу играть с ней.**

Очень многие малыши любят играть в самые разнообразные вещи, и даже такие, которые игрушками не являются.

Это дощечки для нарезания сыра, хлеба и т. д.,
мочалки,
венчики для сбивания яиц,
полиэтиленовые флаконы,
старые тапочки и ботинки,
журналы.

НАУЧИТЕ МАЛЫША БЕРЕЧЬ ВЕЩИ ВЗРОСЛЫХ, ПОМОГАЯ ЕМУ ЗАБОТИТЬСЯ О СОБСТВЕННЫХ ВЕЩАХ.

Отведите ему специальные места для хранения его любимых вещей.

Поскольку малыши стремятся, чтобы вещи находились у них под рукой, **то, вероятно, стоит устроить несколько таких мест.** Одно — рядом с кроваткой малыша, а другие — в тех уголках, где ребенок предпочитает играть.

Если малыш прервал игру и занялся чем-то другим, **уберите предмет, с которым он играл, так, чтобы он легко его увидел,** вновь вернувшись к игре.

То же надо делать, когда Вы сами прерываете игру малыша.

Иногда дети не могут купаться и спать без своих любимых вещей. Если это возможно, то не стоит запрещать им делать это. Постепенно Вы можете приучить малыша класть любимую вещь на табуретку рядом с ванной или на полку рядом с кроватью.

ХОТЯ ОБУЧЕНИЕ ДЕРЖАТЬ ВЕЩЬ НЕДАЛЕКО ОТ СЕБЯ, А НЕ БРАТЬ С СОБОЙ В ВАННУ И ПОСТЕЛЬ МОЖЕТ ОКАЗАТЬСЯ ОЧЕНЬ ДОЛГИМ ПРОЦЕССОМ, ТЕМ НЕ МЕНЕЕ ЭТО РЕАЛЬНОЕ НАЧАЛО ОБУЧЕНИЯ МАЛЫША ЗАБОТЕ О ВЕЩАХ.

VIII

Заболевания

ВСЕ ДЕТИ РАЗНЫЕ
ДАЖЕ МАЛЫШИ СО СХОДНЫМИ ПРОБЛЕМАМИ В ЧЕМ-ТО ВСЕГДА ДРУГ ОТ ДРУГА ОТЛИЧАЮТСЯ, НО ОРГАНИЧЕСКИЕ НАРУШЕНИЯ, КОТОРЫЕ ИМЕЮТСЯ У ЭТИХ МАЛЫШЕЙ, ХАРАКТЕРИЗУЮТСЯ ОБЩИМИ ПРИЗНАКАМИ.

1. **Аллергии — 190**
2. **Болезнь Дауна — 191**
3. **Врожденные уродства — 193**
4. **Врожденный вывих бедра — 194**
5. **Гемофилия — 195**
6. **Гидроцефалия — 196**
7. **Диабет — 197**
8. **Задержка психического развития — 198**
9. **Зрение, его нарушения — 199**
10. **Зубы, полость рта, их заболевания — 201**
11. **Миеломенингоцеле, менингоцеле, раздвоение дужек позвонка** (spina bifida) **— 203**
12. **Микроцефалия — 204**
13. **Мозг, его повреждения — 205**
14. **Муковисцидоз — 206**
15. **Мышечная дистрофия — 207**
16. **Неполноценное образование костей** (osteogenesis imperfecta) **— 209**
17. **Приступы общего мышечного напряжения — 210**
18. **Сердце, его заболевания — 211**
19. **Сколиоз — 212**
20. **Слух, его нарушения — 213**
21. **Фенилкетонурия — 216**
22. **Церебральный паралич — 217**
23. **Щитовидная железа, ее заболевания — 218**
24. **Эпилепсия и припадки — 219**

1. Если у Вашего малыша аллергия

У него чаще, чем у обычных детей, наблюдается раздражение кожи, и он по сравнению с ними более чувствителен и нервен.

У него может быть тревожный сон (см. с. 66), а его питание потребует от Вас особого внимания (см. с. 43).

Подробные записи о том, что он ест, будут составлять очень важную часть ухода за Вашим малышом (см. с. 58).

Он может быть чувствительным к определенным тканям и фактуре предметов (см. с. 26).

Причинами появления сыпи на его коже могут стать пеленки, мыло, которым вы его моете, мыло или порошок, используемые для стирки его одежды.

Раздражение кожи малыша могут вызывать солнце и ветер, кремы и лосьоны для умывания.

Наблюдающий ребенка врач поможет Вам выбрать правильную диету для малыша.

Будет немало ситуаций, когда Вам станет жалко своего малыша из-за того, что ему нельзя есть конфет, пить молоко и апельсиновый сок, есть другие продукты, способные вызвать аллергическую реакцию.

В этом случае думайте о том, насколько малышу будет лучше, если он не съест всего этого.

Ведь существует достаточно продуктов, которые ему есть можно. Подумайте, и Вы обязательно придумаете какое-нибудь вкусное блюдо, которое не вызовет у малыша раздражения.

Продукты, которые можно есть страдающему от аллергии малышу, предпочтительнее и для остальных членов семьи, поскольку аллергии нередко бывают у других членов семьи, просто они недостаточно выражены, но со временем могут проявиться сильнее.

Постоянная забота о том, чтобы малыш не съел никакой вредной для него пищи, может оказаться весьма обременительным, а иногда и дорогостоящим делом.

Отчасти Вы облегчите себе задачу, если станете готовить безопасные для малыша блюда для всей Вашей семьи.

Иногда даже удается, заботясь об аллергии малыша, улучшить здоровье всех членов семьи.

Целесообразно также проверить, не вызывают ли у малыша аллергических реакций домашние животные, комнатные растения, обивка мебели и т. д.

2. Если у малыша болезнь Дауна

Другое наименование этого заболевания — монголизм, поскольку форма глаз у детей с синдромом Дауна несколько напоминает разрез глаз восточных народов.

В медицине термин «болезнь Дауна» начал применяться в XIX веке и связан с именем доктора Лэндона Дауна, впервые описавшего страдающих этим заболеванием детей.

Поскольку болезнь Дауна можно определить по разрезу глаз, форме головы, размеру ушей и ряду других признаков, Вам, вероятно, сообщат о том, что у малыша болезнь Дауна еще в роддоме. Вам также сообщат, что у ребенка будут проблемы с обучением.

У малыша действительно будут трудности, но гораздо меньшие, чем те, о которых расскажет врач.

В последние годы специалисты, работавшие с детьми, страдавшими болезнью Дауна, обнаружили, что, если к такому малышу внимательно относиться, он способен научиться гораздо большему, чем это считалось ранее.

У многих детей с болезнью Дауна наблюдаются заболевания сердца. В большинстве случаев эти заболевания поддаются лечению хирургическим путем, пока ребенок еще достаточно мал.

Если у Вашего малыша не все в порядке с сердцем, обязательно проконсультируйтесь со специалистом, чтобы тот посоветовал Вам, чем он может помочь ребенку, и направил бы Вас в соответствующее лечебное учреждение.

У малышей с болезнью Дауна нередко затруднено дыхание. Находящийся в комнате малыша увлажнитель воздуха с холодной водой поможет предотвратить нежелательные явления в легких. Увлажнитель особенно

необходим, если Вы живете в местности с сухим климатом.

Большинство детей с болезнью Дауна спокойны, дружелюбны и привязчивы. Но из-за того, что малыш не может смотреть прямо на Вас, когда Вы разговариваете или играете с ним, не улыбается и не гулит, возникает ощущение, что он не радуется общению с Вами.

Очень важно продолжать говорить и играть с малышом, чтобы у него было достаточно времени научиться улыбаться и гулить Вам в ответ. Ваш малыш дольше, чем обычные дети, учится понимать, что Вы делаете, и соответственно Вам отвечать.

Фактически длительность обучения — это основная проблема детей с болезнью Дауна:

им требуется больше, чем обычно, времени, чтобы научиться держать головку и передвигаться (см. с. 102),

им требуется больше, чем обычно, времени, чтобы научиться улыбаться и разговаривать (см. с. 157),

им требуется больше, чем обычно, времени, чтобы научиться одеваться и раздеваться (см. с. 183),

им требуется больше, чем обычно, времени, чтобы научиться самостоятельно есть (см. с. 52),

их приходится учить туалетным навыкам в более старшем возрасте, чем других детей (см. с. 175).

Однако дети с синдромом Дауна далеко не так медленно учатся **выражать свою привязанность к тем, кто за ними ухаживает.**

Если Вы часто обнимаете малыша и ласково обращаетесь с ним, то очень скоро заметите, что он научился выражать заботу о Вас и привязанность к Вам, а также к своему мишке и к тем окружающим людям, которые относятся к нему с теплотой и симпатией.

ФАКТИЧЕСКИ ЛУЧШИЙ СПОСОБ НАУЧИТЬ ЧЕМУ-НИБУДЬ ВАШЕГО МАЛЫША — ПРЕДОСТАВИТЬ ЕМУ ВОЗМОЖНОСТЬ ПОНАБЛЮДАТЬ, КАК ЭТО ДЕЛАЕТЕ ВЫ.

После этого дайте малышу попробовать повторить все самому, даже если у него плохо получается и неловкие движения сохраняются долгое время.

Постепенно Ваш малыш научится делать всё примерно так, как это делаете Вы.

Он научится убирать игрушки, *если Вы всегда убираете свои вещи.*

Он научится есть аккуратно, *если Вы сами едите аккуратно.*

Он научится любить и уважать людей, *если Вы сами их любите и уважаете.*

Ваш малыш может также обучаться, наблюдая за другими детьми. Постарайтесь сделать так, чтобы он как можно больше времени находился вместе с детьми, у которых нет каких-либо особых проблем.

Несомненно, время от времени Вас будет огорчать отличие Вашего малыша от других детей его возраста, которые уже умеют гораздо больше, чем он. И если Вы даже заплачете в присутствии малыша, он скорее всего вытрет Вам глаза и обнимет Вас. Верьте в Вашего ребенка, и он научится многому из того, чему, по мнению специалистов, он обучиться не в состоянии.

3. Если у малыша врожденные уродства

В утробе матери различные части плода начинают расти не так, как это следовало бы, и в результате они оказываются *неправильно сформированными.*

Нередко малыши рождаются с лишними пальцами на руках или на ногах, некоторые же рождаются без кистей или стоп или же вообще без ручек и ножек.

Иногда оказываются неправильно сформированными мочеиспускательный канал и выходное отверстие прямой кишки.

Временами малыши рождаются с лишними сосками там, где их быть не должно, или же с недоразвитыми половыми органами, так что бывает трудно определить, мальчик это или девочка.

Возможно также и неправильное формирование мозга.

В зависимости от того, какая часть мозга оказалась недоразвитой, у малыша могут быть более или менее выраженными проблемы с развитием, ростом и обучением.

Если проблем очень много или если они связаны с такими жизненно важными функциями, как дыхание, пищеварение и выделение, то малышу может потребоваться немедленное хирургическое вмешательство или интенсивное лечение.

В мире сегодня живет немало взрослых, у которых при рождении те или иные части тела отсутствовали или были неправильно сформированы.

Лечащий врач поможет Вам познакомиться с семьей, имеющей ребенка с теми же проблемами, что и у Вашего малыша, или же с аналогичными им.

Общение с родителями, чьи дети имеют те же проблемы, что и Ваш малыш, или со взрослыми людьми, которые с такой проблемой выросли, может оказаться очень полезным.

В ряде случаев малышу может помочь хирургическое вмешательство, специальная терапия или протезы. Причем каждый ребенок нуждается в индивидуальной помощи, так как точное местоположение и величина дефекта всегда уникальны.

4. Если у малыша врожденный вывих бедра

Иногда при родах происходит вывих бедренной кости, в результате она неправильно входит в тазобедренный сустав.

Чтобы тазобедренные кости и суставы росли и нормально развивались, на них должна приходиться нагрузка, равная весу малыша.

Если малыш не в состоянии двигаться или мышцы его ног чрезмерно напряжены (см. с. 79), то тазобедренный сустав не будет нормально развиваться, а бедренная кость может из него выталкиваться.

Существуют специальные упражнения и процедуры, способствующие развитию тазобедренного сустава.

Кроме того, для нормального развития сустава малышу может потребоваться хирургическое вмешательство.

Возможно также, сустав будет нормально расти, если на ногу наложить шину или гипс, а может быть, понадобится распорка. Какая из этих процедур необходима, в каждом конкретном случае решают хирург и ортопед. Эти же специалисты покажут Вам, как надо держать малыша и как ухаживать за ним, и направят Вас в лечебные учреждения, где Вашему малышу окажут наиболее эффективную медицинскую помощь.

Возможно, Вы из боязни как-то повредить малышу будете избегать лишний раз брать его на руки.

Очень важно преодолеть эту боязнь, только тогда Вы сможете правильно ухаживать за малышом, играть с ним, брать его с собой на улицу.

Чем больше Вы будете заниматься с малышом, тем спокойнее Вы будете относиться к вывиху бедра.

Покажите окружающим, как надо ухаживать за малышом. Если близкие Вам люди не будут вместе с Вами ухаживать за ним, ребенок не научится общению с другими людьми, а у Вас не будет передышек от нелегкого труда по уходу за малышом и по его воспитанию.

Во многих случаях тазобедренные кости и сустав ребенка удается так разработать, что вывих исчезает. Но иногда вывих сохраняется на всю жизнь. И нередко это зависит от того, насколько рано были приняты меры по устранению вывиха.

5. Если малыш страдает гемофилией

У людей, страдающих гемофилией, кровь свертывается очень медленно, поэтому они склонны к кровотечениям.

Причем кровотечения бывают не только внешними, возникающими при порезах кожи, но и внутренними. Внутренние кровотечения возможны у всех людей, однако у лиц, страдающих гемофилией, они превращаются в серьезную проблему из-за того, что не прекращаются сами собой.

Если у малыша сильное кровотечение и он потерял много крови, он нуждается в переливании крови.

Существуют специальные препараты, увеличивающие свертываемость крови.

Очень важно, чтобы малыш, страдающий гемофилией, не набивал себе шишек и синяков, вызывающих внутренние кровотечения.

Еще более важно **обезопасить в этом отношении места, где малыш играет** (см. с. 129—132). Во время игр Вам лучше наблюдать за ним, особенно если он играет с другими детьми.

Имеет смысл поговорить с родителями других детей и выбрать малышу таких товарищей для игр, которые играют весело, но без драк.

Приглашайте таких детей к себе в дом, чтобы они могли составить компанию Вашему ребенку.

Поскольку без шишек и синяков практически невозможно обойтись, если, конечно, не лишить ребенка всякой активности, Вам понадобится немалая изобретательность, чтобы оградить малыша от падений и драк и в то же время не ограничить его активность.

Гемофилия — наследственное заболевание, передающееся от матери. Вы, конечно, можете почувствовать себя виновной в проблемах малыша. Но это не так. Вашей вины здесь нет, поскольку Вы сами унаследовали эту особенность от своих родителей, а те от своих и т. д. Эта ситуация по сути такая же, как передача по наследству рыжих волос или голубых глаз, отличие ее лишь в том, что **она сильнее переживается.**

6. Если у малыша гидроцефалия

Это означает, что отток спинномозговой жидкости, находящейся в полости черепа, затруднен или эта жидкость вырабатывается в чрезмерном количестве. И то и другое может обусловить увеличение черепа и повреждение мозга. Иногда гидроцефалию называют водянкой мозга.

Трудности с оттоком жидкости из полости черепа бывают также у малышей, страдающих раздвоением дужек позвоночника (spina bifida), миеломенингоцеле и

менингоцеле, и иногда у детей с церебральным параличом.

Чтобы усилить отток жидкости, в ряде случаев приходится ее отводить при помощи специальных приспособлений.

Многие органы, такие, как глаза, почки, желудок, кишечник, а также мозг, продуцируют определенные вещества, которые в виде жидкости накапливаются в этих органах. Спинномозговая жидкость заполняет полости головного и спинного мозга и через особые капилляры всасывается в кровь. Если же отток этой жидкости блокируется, то ее давление начинает возрастать, подобно тому как увеличивается давление в баллоне, в который накачивают газ. Накапливающаяся жидкость приводит к увеличению объема черепа, что выражается в увеличении головы малыша. Чтобы усилить отток спинномозговой жидкости, в настоящее время делается специальная, достаточно простая операция, которую лучше сделать, пока ребенок *очень мал,* чтобы предотвратить увеличение его головы из-за скопления жидкости. Но решить, насколько она целесообразна и в каком именно лечении нуждается Ваш ребенок, может только врач.

7. Если у Вашего малыша диабет

Поступивший в организм сахар перерабатывается в глюкозу. Чтобы глюкозу можно было использовать, в организме вырабатывается особый гормон инсулин.

Если этого гормона вырабатывается недостаточно, то возникает заболевание, называемое сахарным диабетом (diabetes mellitus).

При отсутствии инсулина глюкоза (т. е. переработанный сахар) выводится из организма как нечто ненужное. Одним из первых признаков диабета является большое количество мочи. Затем человек начинает пить очень много воды или другой жидкости. Позднее он начинает очень много есть, но, несмотря на это, теряет вес.

Если при появлении признаков диабета не принять нужных мер, то у больного может наступить диабетическая кома.

Описанные симптомы появляются не все сразу, а на протяжении нескольких недель, поэтому не оставляйте без внимания появление любого из них.

Попросите врача дать направление на анализ мочи малыша, и если нужно, то на дополнительные анализы.

С этим заболеванием, если оно есть у Вашего малыша, можно и нужно бороться. Здесь много зависит от Вас, и врач посоветует, как научиться определять, сколько и чего малыш должен съесть, сколько ему нужно инсулина, в каких случаях ему требуется больше пищи или больше инсулина.

Когда малыш много двигается, он тратит больше энергии и тратит ее быстрее, поэтому ему нужно больше пищи и больше инсулина, чем в те периоды, когда он пассивен и малоподвижен.

Необходимо тщательно соблюдать диету, которую малышу назначит врач.

Позднее, когда ребенок станет старше, Вы вместе с врачом должны будете помочь ему самому определять нужное количество пищи и самому вводить инсулин.

Разумеется, Вы будете расстроены, если у Вашего малыша появится эта проблема, однако если Вы вместе с малышом научитесь поддерживать нужный баланс пищи и инсулина, то малышу не придется вести жизнь калеки из-за того, что у него диабет.

Если у кого-нибудь из членов семьи есть диабет, то вероятность его появления у других членов семьи возрастает, и Вам надо очень внимательно следить за появлением его первых признаков.

8. Если у малыша задержка психического развития

Это означает, что он будет медленнее других детей обучаться и расти.

Очень важно позаботиться о том, чтобы у такого малыша было достаточно времени и возможностей знакомиться с людьми и с окружающим миром и совершать разнообразные действия.

Ходите с ним в магазин, в зоопарк, в парки и скверы (см. с. 149).

Выберите малышу несколько прочных и интересных игрушек, с которыми он мог бы делать всё что угодно, и устройте ему несколько удобных мест для игры (см. с. 130). Приглашайте к себе играть соседских детей.

Помогите ему научиться делиться своими игрушками с другими детьми.

Чаще рассказывайте малышу о том, что Вы делаете (см. с. 165).

Слушайте его и отвечайте ему, когда он пытается говорить. Даже если его речь невнятна и Вы почти не понимаете ее, постарайтесь угадать, что хочет сказать малыш, и отвечайте ему так, как если бы Вы его поняли (см. с. 158).

Рассматривайте с ним книжки, в которых много картинок. Сочиняйте для малыша истории, используя фотографии его самого и других членов семьи.

На игровых площадках для детей пусть малыш покачается на качелях, залезет на горку, взберется на лестницу. Поощряйте его попытки поехать на велосипеде, толкать грузовик, тянуть за собой тележку.

Временами Вы будете огорчаться от того, что Ваш малыш, будучи таким же большим, как дети, которые катаются на трех- и даже двухколесном велосипеде, все еще возит за собой игрушки на веревочке.

Постарайтесь не огорчаться. Очень важно, чтобы в каждый момент малыш учился тому, к чему он уже готов. Разделяйте с малышом радость от его успехов. Нередко то, что осваивается медленно и с трудом, приносит малышу бóльшую радость, чем то, что осваивается легко.

9. Если у Вашего малыша нарушено зрение

Таких малышей обычно называют слабовидящими.

Пока ребенок мал, не только Вам, но и *специалисту* трудно определить, может он видеть или нет.

Когда врач говорит Вам, что затрудняется определить степень сохранности зрения у малыша, он вовсе не пытается от Вас отделаться. Ведь установить это действительно очень трудно, поскольку зрение осуществляется не только глазами, но и мозгом.

Когда дети еще очень малы и их зрительный опыт невелик, они не могут определить, является ли то, что перед ними находится, предметом или это просто цветовое пятно.

Только много раз видя предметы, малыш начинает их выделять в том, что он видит, поскольку предметы остаются одними и теми же.

Если у Вашего малыша нарушено зрение и он отстает в психическом развитии, то определить возможности его зрения очень трудно.

В той или иной мере видят почти все. Но одни различают только свет и тьму, другие еще и различную степень освещенности. В последнем случае люди могут видеть движение объектов, нечто вроде двигающихся теней.

Даже если у Вашего малыша нарушено зрение, показывайте ему предметы и называйте их. Покупайте ему игрушки, которые не просто ярки и красивы, но которые начинают двигаться или издавать звук при прикосновении к ним.

Более подробные советы Вы найдете в книге *С. М. Хорош* «Игрушка и ее роль в воспитании слепого дошкольника», Москва: ВОС, 1983.

Обратитесь в ближайшее к Вашему местожительству отделение Всероссийского (или соответствующего республиканского) общества слепых (ВОС), чтобы Вас проконсультировали, как надо учить Вашего малыша передвигаться по дому, двору, где он гуляет, и т. д.

Создайте для малыша безопасные зоны, которые он мог бы исследовать самостоятельно (см. с. 129—132). Обычно дети со слабым зрением предпочитают проводить время рядом со стенкой или какой-либо перегородкой, поскольку здесь они чувствуют себя в большей безопасности.

Чтобы лучше подготовить малыша к обучению чтению крупного печатного шрифта или к чтению по системе

Брайля, ему стоит чаще рассказывать сказки, учить его играм с пальцами, детским стишкам, рассказывать ему о том, что происходит вокруг.

Когда окружающие будут улыбаться малышу и говорить с ним, а он не будет им отвечать, Вы можете сказать ему, назвав его по имени: «Посмотри, какая красивая тетя» — и поднести его поближе, чтобы ребенок мог лучше рассмотреть эту тетю. Кому-то Вам придется объяснить, что малыш плохо видит, однако большинство поймет это без слов.

Временами Вас будет охватывать острая жалость к малышу, который не видит, как красив закат, как интересно марширует духовой оркестр, какого удивительного оттенка роза распустилась на кусте.

Однако ни в коем случае не стоит показывать этих чувств малышу.

Расскажите ему о закате, дайте прислушаться к звукам оркестра, а розу предложите понюхать.

И вполне возможно, что, приобщившись к миру, каким воспринимает его малыш, Вы неожиданно обнаружите, что Ваше собственное восприятие мира обострилось, а Ваши оценки происходящего в нем стали более тонкими.

10. Если у малыша не в порядке зубы и полость рта

Рот и нос сначала составляют единую полость и отделяются друг от друга на поздних стадиях внутриутробного развития плода.

Иногда дети так и рождаются без перегородки между полостями рта и носа. Врачи называют это *незаращенным нёбом* и *расщепленной* (заячьей) *губой,* если перегородка между ноздрями на лице также отсутствует.

При расщелине твердого, а иногда и мягкого нёба малышу очень трудно сосать и глотать. Лечащий врач покажет Вам, какой соской лучше кормить Вашего малыша. Возможно, Вам придется немного поэкспериментировать с сосками, прежде чем Вы найдете то, что Вам нужно.

Если малыш родился с незаращенным нёбом или заячьей губой, то необходима операция, чтобы разделить полости рта и носа и отгородить ноздри друг от друга, если перегородка между ними также отсутствует. Как правило, такая операция проводится в несколько этапов.

Поскольку такая операция возвратит Вашему малышу способность нормально есть и учиться произносить звуки, лучше ее сделать в то время, когда ребенок будет еще мал. Конкретный срок операции будет зависеть от того, насколько трудно малышу есть и насколько он сам крепок.

Когда речь идет об операции младенца, родители всегда очень тревожатся. Однако операция в связи с незаращенным нёбом делается уже много лет и, как правило, очень успешно. Не забывайте и о том, что после операции черты лица малыша станут более правильными, а его трудности с жеванием и глотанием пищи, а также с произнесением слов значительно уменьшатся.

Если Вам захочется поговорить с родителями малышей, которым эту операцию уже сделали, в больнице помогут Вам с ними связаться.

Большинство детей с такого рода пороками развития нуждаются также в помощи логопеда.

У малыша могут быть проблемы, связанные и с формированием зубов.

Зубы малышей с недостатками развития нередко растут не туда, куда положено. Иногда зуб вырастает к середине нёба или же совсем набок. Иногда два зуба срастаются.

Поскольку рот и зубы каждого человека индивидуальны, то лишь стоматолог может вам посоветовать, в каких процедурах нуждается Ваш малыш.

Некоторые лекарства (см. с. 64) могут привести к увеличению десен и нависанию или выдвиганию вперед зубов. В ряде случаев удается подобрать другое лекарство, действующее аналогично, но не дающее нежелательного побочного эффекта, но иногда приходится мириться с побочными эффектами, так как лекарство является единственным, которое помогает справиться с другими проблемами малыша.

11. Если у Вашего малыша миломенингоцеле, менингоцеле или раздвоение дужек позвонка (spina bifida)

Все эти заболевания возникают из-за недоразвития позвоночного канала.

При миеломенингоцеле спинной мозг выходит за пределы костей позвоночника.

При менингоцеле за пределы костей позвоночника выходит оболочка спинного мозга.

В случае же раздвоения дужек позвонка (spina bifida) спинной мозг никуда не выходит, но позвонки развиты неправильно.

В первые 30 дней эмбрионального развития у зародыша формируется трубка, которая позднее охватывает спинной мозг и ствол головного мозга. У Вашего малыша эта трубка развилась не полностью.

Причины такого порока развития пока неизвестны.

Если у Вашего малыша миеломенингоцеле, то мышцы его ног и нижней части тела будут слабыми и не смогут без дополнительной опоры держать тело в вертикальном положении.

Вашему малышу будет трудно учиться ходить. Кроме того, у него будут трудности с выделением, поскольку мышцы его настолько слабы, что раскрытия и закрытия выходных отверстий прямой кишки и мочеиспускательного канала может не происходить. Поэтому очень важно, чтобы Вашему малышу как можно раньше была оказана медицинская помощь.

Иногда малышу необходимо давать специальные лекарства для того, чтобы его стул не был крепким.

Иногда, чтобы мышцы бедер и ног укрепились и малыш смог бы стоять, требуется хирургическое вмешательство, но решить это должны специалисты.

Будьте осмотрительны и не позволяйте малышу переедать. Если малыш слишком много съест, у него будет больше проблем с выделением, а если он наберет избы-

точный вес, ему станет труднее передвигаться.

Разумеется, трудно не расстраиваться, глядя на своего ребенка, который не может научиться стоять, ходить и бегать, как все другие дети. Трудно также не отчаиваться, постоянно думая о проблемах выделения. Устраивайте себе время от времени передышки, чтобы поплакать и чтобы отдохнуть от всех этих проблем. Постарайтесь не обвинять в сложившейся ситуации ни себя, ни ребенка. Винить здесь некого. Так получилось, и всё.

12. Если у Вашего малыша микроцефалия

У новорожденного кости черепа расположены так же, как у взрослого человека, но еще не сращены между собой. По мере того как малыш растет, эти кости также растут. И когда голова достигает своего окончательного размера, кости полностью срастаются.

Обычно кости черепа продолжают расти и срастаться примерно до двухлетнего возраста.

У некоторых малышей кости черепа срастаются в более раннем возрасте. Иногда это происходит еще до рождения и до того, как мозг и другие части головы окончательно сформировались. В результате нормальное развитие головы оказывается невозможным. Голова ребенка оказывается очень маленькой, поэтому-то преждевременное сращение костей черепа называется *микроцефалией*.

Если ребенок страдает микроцефалией, его трудно учить. Прежде чем он что-то запомнит, ему приходится очень много повторять.

Ему нужно видеть ту или иную вещь очень много раз, прежде чем он начнет ее узнавать.

Когда кости головы срослись, способов восстановить их рост уже не существует.

Иногда считают, что к микроцефалии приводит радиоактивное облучение или какая-нибудь травма, однако причины этого заболевания пока неизвестны.

Микроцефалия иногда встречается у малышей с церебральным параличом.

Если у Вашего ребенка микроцефалия и нет церебрального паралича или других нарушений, Вам, возможно, стоит обратиться в генетический центр за консультацией.

13. Если у Вашего малыша поврежден мозг

Причины этого могут быть разнообразными: недостаток кислорода и нарушения кровообращения, инфекции и физическая травма.

Следствия также могут быть различны: от нарушения нормального функционирования нескольких клеток до практически полной неспособности к обучению мышлению и движению.

В целом малыши с повреждениями мозга более чувствительны к шумам, яркому свету, изменениям сложившегося режима дня.

Они реагируют даже на незначительные изменения температуры воздуха и способов ухода за ними.

У них чаще бывают трудности, связанные с управлением мышцами и с движением.

Их обостренная чувствительность делает уход за ними крайне сложным, поскольку они обычно начинают нервничать, как только постоянно ухаживающего за ними человека кто-либо пытается заменить (см. с. 126).

Поэтому Вам стоит позаботиться о том, чтобы все процедуры ухода за малышом были возможно более неизменными. Однако не менее важно, чтобы малыш научился позволять ухаживать за собой не только Вам, но и другим людям.

Такие малыши обычно чрезвычайно чувствительны и к тому, как себя чувствуете *Вы*.

Если Вы чем-то расстроены, они также немедленно расстраиваются.

Постарайтесь, ухаживая за малышом, сохранять спо-

койствие и реагируйте на его раздражительность терпеливо и ласково. Малыш будет спокойнее, если Вы будете кормить его чаще, чем это делается обычно, и будете кормить его пищей, не вызывающей у него ни сыпи, ни повышенной возбудимости.

Посоветовать, как лучше ухаживать за малышом, Вам поможет невропатолог.

А дефектолог расскажет Вам, как помогать малышу учиться.

Сохранять спокойствие, когда малыш все время раздражен, очень трудно, и порой Вы будете готовы накричать на него, но **этого нельзя делать ни в коем случае.**

Найдите человека, которому Вы сможете доверить заботу о малыше, и время от времени оставляйте малыша на него.

Если среди близких Вам людей такого человека нет, то договоритесь с матерью другого ребенка с недостатками развития и время от времени подменяйте друг друга.

СПОКОЙНЫЕ И ЛАСКОВЫЕ РОДИТЕЛИ — ЭТО ВЕЛИЧАЙШАЯ ЦЕННОСТЬ ДЛЯ РЕБЕНКА С ПОВРЕЖДЕНИЕМ МОЗГА.

14. Если у Вашего малыша муковисцидоз

В этом случае у Вашего малыша будут проблемы с дыханием, он будет легко давиться, у него часто будет чрезмерный, жидкий и дурно пахнущий стул (так что для ухода за малышом Вам может потребоваться больше пеленок, чем обычно). Временами у него будут ухудшения.

В такие моменты очень важно не нервничать и вести себя как можно спокойнее, иначе не удается оказать малышу всю необходимую помощь.

Иногда потребуется очищать ему легкие. Хирург покажет Вам, что надо делать, чтобы жидкость выходила из легких.

Такой малыш обычно нуждается в лекарствах.

Ему может быть нужна особая пища, которая не вела бы к чрезмерному утолщению слизистой оболочки дыхательных путей.

Иногда Ваш малыш будет очень сильно уставать и нуждаться в большем отдыхе, чем обычно.

В другие дни он будет жизнерадостным и счастливым.

Очень важно, чтобы Вы радовались светлым дням малыша и старались разделить с ним его веселье.

Не менее важно сохранять спокойствие, когда здоровье малыша ухудшается.

Вполне естественно и по-человечески понятно, что Вам будет мучительно жаль малыша, когда Вы увидите, что ему плохо и как надрывно он кашляет.

Но ребенок не должен видеть Ваших слез, поскольку это его расстроит и он сам заплачет, что только ухудшит его состояние.

15. Если у Вашего малыша мышечная дистрофия

Мышечная дистрофия означает, что мышцы ребенка слабеют и больше не выдерживают тяжести тела. Причиной этого является особое заболевание мышц.

Родители обычно замечают, что примерно в три года ребенок становится неловким и неуклюжим. Воспитатели детского сада обращают внимание на то, что ребенок слишком часто падает. Поскольку мышечная дистрофия — наследственное заболевание, родители, как правило, заранее знают о том, чем оно грозит их малышу. Но еще до появления первых симптомов можно выявить это заболевание.

Как правило, эта болезнь развивается у детей мужского пола, их мышцы слабеют, поскольку мышечная ткань перерождается в жировую. Иногда болезнь поражает и девочек, однако чаще всего лица женского пола являются лишь передатчиками болезни из поколения в поколение, но сами не заболевают ею.

Можно попытаться подобрать малышу особую диету,

давать ему витамины или прибегнуть к физиотерапии, однако ни одно из этих средств не является особо эффективным. Групповые игры, при которых малыш двигается и начинает глубже дышать, оказываются более эффективными, чем пассивные движения тела малыша, осуществляемые массажистом или родителями.

Если в Вашей семье эта болезнь уже есть у кого-нибудь из детей мужского пола, Вы, так же как и все остальные члены семьи, будете, вероятно, волноваться и беспокоиться о том, не проявится ли она и у малыша.

Разумеется, знать заранее о возможности этого заболевания и следить за появлением самых первых его симптомов **необходимо, однако постоянные волнения никак не облегчат участь малыша и Вашу жизнь.**

Важно следить за тем, чтобы малыш был здоров и правильно питался. Он не должен переедать, так как переедание увеличивает опасность перерождения мышечной ткани в жировую. Будет хорошо, если в диету малыша в большом количестве войдут свежие фрукты и овощи, а также если в его режиме дня будут дневной отдых и сон.

Для некоторых разновидностей мышечной дистрофии разработаны тесты, позволяющие определить ее носителей. Поэтому консультация в генетическом центре может оказаться полезной для Вашей семьи.

Самое ценное, что Вы можете сделать для своего малыша, — это **радоваться вместе с ним.**

Найдите время, чтобы почитать ему интересную книжку, поиграть в простые игры, попеть песенки, устраивайте для него время от времени семейные праздники.

Матери обычно особенно переживают за своих сыновей, поскольку считают себя ответственными за их заболевание.

Но Вы вовсе *не* несете ответственности за болезнь.

Вы могли быть носителем заболевания и передали его своим сыновьям, **но Вы не делали этого сознательно.** Вы получили эти гены по наследству от своих родителей, которые, в свою очередь, **также не выбирали, иметь им эти гены или нет, а получили их от своих родителей.**

Если эта болезнь является в Вашей семье наследственной, Вы, вероятно, знали о ней давно.

Отцы и их родственники могут предъявлять к Вам претензии, и им будет очень нелегко объяснить, сколь бессмыслен их гнев. Единственное, что Вы можете, — это быть стойкой самой и помогать ребенку стойко переносить свою болезнь.

16. Если у Вашего малыша osteogenesis imperfecta, или неполноценное формирование костей

Если у Вашего малыша есть это заболевание, то его кости будут маленькими и ломкими. У малыша будет общая белковая недостаточность, его кости будут изгибаться, а зубы легко разрушаться. У него будут также проблемы со слухом, поскольку косточки внутреннего уха не будут нормально развиты.

Иногда это заболевание лечат с помощью особой диеты и минеральных добавок к пище, однако, как правило, такое лечение оказывается не слишком эффективным. Длинные изогнутые кости в ряде случаев удается выпрямить, вставляя в них стальные стержни, что делает их не такими хрупкими.

Если у Вашего малыша osteogenesis imperfecta, его кости будут легко ломаться, поэтому ему не стоит принимать участие в таких играх, где он может упасть и где его могут ударить.

Обеспечение безопасности малыша без излишнего ограничения его активности станет для Вас настоящим испытанием.

Если малышу нравится та или иная деятельность или игрушка, разумнее будет не запрещать ее и не устраивать сцен по этому поводу, а помочь ему найти способ безопасной игры с нею.

Покрытый ковром пол или защищенное место для игр сделают занятие малыша более безопасным.

Эта болезнь передается по наследству.

Если малыш унаследовал ее от Вас, Вы, вероятно, будете чувствовать себя виноватой.

Однако Вы не несете ответственности за заболевание ребенка.

Ни Вы, ни другие члены Вашей семьи не выбирали, иметь им эту болезнь или не иметь.

Постарайтесь вести себя в этой ситуации как можно более спокойно и разумно.

Дети с osteogenesis imperfecta, вырастая, могут стать скрипачами-виртуозами, чемпионами по шахматам и шашкам.

Из того, что малышу приходится воздерживаться от физических нагрузок, вовсе не следует, что он должен воздерживаться от интеллектуальной деятельности.

17. Если у Вашего малыша бывают приступы общего мышечного напряжения

Приступами общего мышечного напряжения часто страдают дети с церебральным параличом. Когда они случаются, тело ребенка вытягивается, голова откидывается назад. Такое одеревенение приводит к тому, что малыш оказывается не в состоянии двигаться, чтобы что-то достать или что-то сделать.

Малыша, с которым случаются подобные приступы, трудно кормить и одевать, ему трудно учиться двигаться и играть.

С приступами можно бороться с помощью специального комплекса двигательных упражнений, которые Вам покажет специалист по лечебной физкультуре. Он также покажет Вам, как надо брать малыша на руки и как держать его. Общий же принцип состоит в том, что для предупреждения неожиданного напряжения мышц, беря малыша на руки, необходимо сгибать его ручки и ножки.

Разумеется, Вы будете расстраиваться из-за того, что малыш не свободен в своих движениях. Помните, что

единственный способ помочь ему — это постоянно делать с ним необходимые упражнения (см. об этом в книге *Р. Д. Бабенковой, М. В. Ипполитовой, Е. М. Мастюковой.* Воспитание детей с церебральным параличом в семье. Москва: Просвещение, 1981).

Договаривайтесь с кем-нибудь из окружающих, чтобы тот время от времени занимался с малышом этими упражнениями.

Будет очень хорошо, если эти упражнения войдут в папины игры с малышом.

18. Если у малыша заболевание сердца

Если у Вашего малыша шумы в сердце, сердечная недостаточность или порок сердца, то он нуждается в особом режиме.

Очень важно, чтобы его сердце успевало перекачивать кровь, когда он двигается и бегает.

Точно определить, сколько малышу можно двигаться, очень трудно.

Поэтому Вам нужно следить за тем, чтобы его двигательная активность не сопровождалась появлением синевы на лице, или губах, или под ногтями.

Не стоит, однако, лишать малыша общества других детей и ограничивать его активность больше, чем это необходимо. **Нагрузку ребенка надо оценивать в каждом конкретном случае отдельно.**

Будут дни, когда малыш будет чувствовать себя достаточно хорошо, чтобы быть активным, а будут дни, когда он будет чувствовать себя хуже обычного, и тогда его активность надо сдерживать.

Если малыш простудился, Вам надо соблюдать особую осторожность.

Некоторые виды нарушений сердечной деятельности можно исправить или хотя бы компенсировать с помощью операции. Нередко удается улучшить работу сердца с помощью лекарств.

Возможно, Вам лучше посоветоваться с несколькими

врачами, прежде чем Вы примете решение об операции.

У малышей с болезнью Дауна (см. с. 192) дефекты сердца в основном можно исправить только с помощью операции.

Хотя у Вашего малыша больное сердце, очень важно, чтобы в его режиме дня было отведено специальное время для игр.

Возможно, стоит устроить так, чтобы малыш играл у Вас на глазах, чтобы Вы могли вовремя остановить чересчур разыгравшегося ребенка (см. с. 129—132). Если Вы все время будете сосредоточены на болезни малыша, то не сможете расслабиться и не волноваться.

Но если Вы все время волнуетесь, то Ваше напряжение передастся малышу, и он будет чувствовать себя скованным и ему будет трудно радоваться игре или общению с Вами.

Если можете, то предложите малышу какие-либо спокойные занятия — послушать музыку или сказку, поиграть с солдатиками, маленькими машинками или в поезд, тогда малыш сможет радоваться и увлекаться даже в те периоды, когда активная деятельность будет ему противопоказана.

19. Если у Вашего малыша сколиоз

Это означает, что его позвоночник искривлен в ту или иную сторону, что может быть обусловлено неправильной сформированностью части позвонков. Кроме того, сколиоз может быть вызван нервно-мышечными проблемами, как в случае церебрального паралича, мышечной дистрофии, или являться результатом полиомиелита. У некоторых детей искривление позвоночника образуется уже после 10 лет, но причины этого явления неизвестны. В большинстве случаев выпрямить уже искривленный позвоночник оказывается невозможно, однако постоянные упражнения, поддерживающие гибкость тела, позволяют предотвратить дальнейшее ухудшение.

Существуют специальные упражнения, которые необходимо делать Вашему малышу, чтобы укрепить мышцы корпуса и научиться двигать бедрами и плечами по

отдельности. Эти упражнения Вам может показать специалист по лечебной физкультуре. Зная эти упражнения, Вы можете делать их с малышом по нескольку раз в день и помогать ему учиться делать их самостоятельно.

В ряде случаев удается предупредить дальнейшее искривление позвоночника с помощью корсета, однако, как правило, к корсету прибегают в более старшем возрасте, когда дети могут самостоятельно делать упражнения и в корсете, и без него.

Вы, так же как и Ваш малыш, будете очень уставать от многочисленных упражнений.

Вам обоим станет легче, если Вы сумеете превратить упражнения в веселую игру и научитесь радоваться времени, которое Вы проводите друг с другом.

Возможно, Вам стоит вести дневник или делать пометки на календаре, чтобы не забывать делать упражнения снова и снова, день за днем.

В вечернее время эти упражнения могут стать частью папиных игр с малышом.

Вы можете очень переживать, видя искривленную спину малыша. Но, жалея малыша, не показывайте этого ему. Малыш ведь не видит своей спины. Очень важно, чтобы он принимал и любил свое тело таким, какое оно есть, поэтому не обсуждайте при нем его заболевание и не показывайте ему, насколько это Вас огорчает. Став старше, ребенок может захотеть посмотреть на свою спину. Покажите ее ему и объясните, в чем его проблема, но не слишком акцентируйте на ней внимание.

20. Если у Вашего малыша нарушен слух

Таких малышей врачи называют слабослышащими.

Нарушения слуха встречаются у детей с недостатками развития довольно часто. Они могут быть как основной проблемой Вашего малыша, так и следствием основного заболевания.

Если малыш не смотрит на Вас, когда Вы с ним говорите, не вздрагивает при неожиданных громких звуках, не обращает внимания на звучащие игрушки, то вполне вероятно, что его слух нарушен.

Очень важно, чтобы слух малыша проверил аудиолог, у которого есть нужное для этого оборудование.

Если проблема малыша вызвана нарушениями во внешнем ухе, ему может помочь слуховой аппарат.

Если же причина нарушения в среднем и внутреннем ухе, то слуховой аппарат не поможет.

Если аудиолог говорит Вам, что малыш нуждается в слуховом аппарате, пусть он и поможет Вам его одеть.

Неправильно установленный аппарат не помогает малышу лучше слышать, а только мешает ему.

Проверьте также, нет ли у малыша болезни уха.

Многие малыши с недостатками развития, которые обычно не гулят, не улыбаются и не плачут, могут не испытывать и боли. Поэтому вполне возможно, что у малыша серьезное заболевание ушей, а он не плачет и не нервничает.

Обычно при инфекционном процессе в ушах малыши кричат, нервничают и держатся за уши, плохо едят и спят.

Многие малыши с болезнью Дауна (см. с 191) при заболеваниях уха совсем не нервничают, поскольку не чувствуют боли.

Если у малыша нарушен слух, у него будут трудности в освоении речи.

Малыш учится говорить, главным образом слушая то, что и как говорят окружающие.

Каждый раз, когда Вы хотите, чтобы сказанное Вами малыш понял, обязательно находитесь в поле его зрения.

Помогите ему понять Вас, показывая на предметы и активно жестикулируя.

Постарайтесь, чтобы Ваше лицо также выражало то, что Вы хотите ему сообщить.

По мере того как ребенок становится старше, его иногда

бывает полезно учить обозначать предметы и свои желания с помощью жестов.

Если Ваш малыш плохо слышит или не слышит совсем, Вам обязательно надо проконсультироваться с сурдопедагогом, чтобы тот рассказал Вам, как нужно учить Вашего малыша.

Время от времени Вас будет раздражать неумение малыша понять Вас.

Время от времени Вам будет жаль малыша из-за того, что он не в состоянии услышать любимую Вами музыку.

Время от времени Вам будет казаться, что Ваш малыш одинок, так как не может разговаривать с другими детьми.

Вполне естественно, что Вас будут посещать подобные настроения, и, по всей вероятности, не один раз. Возможно, Вам станет легче, если Вы найдете человека, с которым можно будет все это обсуждать. Не расстраивайтесь, если Вам будет казаться, что он не понимает, что именно Вас беспокоит, ведь Вы и сами можете точно не знать, что Вас беспокоит. Но уже сам разговор способен иногда вернуть веру в хорошее будущее Вашего ребенка.

Имейте в виду, что родители детей, у которых нет нарушений слуха, иногда пугаются, когда плохо слышащие малыши пытаются общаться с их детьми.

Если Вы устали от малыша, сходите в магазин или погулять, или займитесь тем, что Вы любите, чтобы вернуться к малышу бодрой и готовой радоваться тому, что Ваше дитя рядом с Вами.

Ребенок быстрее освоит речь или язык жестов в том случае, если его родители чаще будут разговаривать с ним (см. с. 156).

21. Если у Вашего малыша фенилкетонурия или какие-то другие нарушения обмена веществ

Организм получает необходимые ему питательные вещества через усвоение пищи. У некоторых людей процесс усвоения пищи оказывается менее эффективным, чем обычно. В этом случае человек не получает нужную ему энергию и процесс роста оказывается под угрозой.

Если у Вашего малыша фенилкетонурия, у него будут трудности с усвоением белков.

У других детей могут быть трудности с усвоением сахара (галактоземия).

У третьих с усвоением еще какой-нибудь пищи.

Если у малыша есть какая-нибудь из этих проблем, то очень важно, чтобы ни Вы, ни кто-либо из окружающих не кормили его пищей, которую плохо усваивает организм ребенка.

Такая пища может быть настоящим ядом для малыша.

Для таких малышей существуют специальные диеты, дающие необходимую для роста и развития ребенка энергию и не включающие в себя пищу, которая может принести вред организму.

Обеспечение такой диеты может быть делом очень хлопотным, а некоторые входящие в нее продукты могут оказаться обременительными для Вашего бюджета.

Однако эти затраты будут не напрасными. Подрастая, дети, как правило, становятся способными усваивать обычную пищу.

Рекомендованная малышу пища Вам может показаться безвкусной, однако для малыша она таковой не является.

Если Ваш ребенок никогда не пробовал пряностей и приправ, он не будет страдать от их отсутствия.

Пряности и приправы не являются по-настоящему ценной частью пищи даже для взрослых.

Постарайтесь сделать время еды радостным и веселым

и для ребенка, и для себя (в этом Вам может помочь прослушивание любимых пластинок).

Если Вы куда-нибудь уходите с малышом, возьмите с собой немного его особой пищи. Даже если Вы собираетесь вернуться раньше, чем наступит время еды, такая пища должна быть с Вами на всякий случай.

22. Если у Вашего малыша церебральный паралич

Церебральный паралич означает, что нервная система малыша работает не так, как надо.

Иногда удается помочь малышу улучшить работу центральной нервной системы путем специально подобранных пассивных поз его тела, помогающих ему овладевать активными движениями (см. с. 76).

Вам может быть трудно заметить, что малыш двигается не совсем обычно. Однако специалисты, имевшие дело со многими малышами, сразу заметят, что Ваш малыш не учится держать головку, или двигать плечами и бедрами отдельно друг от друга, или опираться всем телом на ладони и колени.

ОЧЕНЬ ВАЖНО ПОМОЧЬ МАЛЫШУ НАУЧИТЬСЯ ПРАВИЛЬНО ДВИГАТЬСЯ, ПОКА ОН ЕЩЕ СОВСЕМ МАЛ.

Не ждите, пока он сам преодолеет свою неподвижность или неспособность поворачиваться и держать головку.

Если Вы будете ждать, то вместо улучшения скорее всего наступит ухудшение.

У малыша с церебральным параличом обычно движения затруднены (см. с. 76).

Вероятнее всего, его будет трудно одевать и купать (см. с. 183 и 171).

Его также трудно будет кормить (см. с. 52).

Если малышу трудно двигать ртом, попросите кого-нибудь понаблюдать, как он глотает, и посмотреть, проталкивает ли малыш пищу языком. Если малыш скорее вы-

талкивает язык наружу, чем проталкивает им пищу в глубину рта, чтобы ее проглотить, Вам надо научиться кормить его особым образом. Вам также могут понадобиться специальный стул и другие приспособления, которые помогут Вам держать малыша во время еды в удобном положении.

Невропатолог или специалист по лечебной физкультуре могут посоветовать Вам, какие приспособления подойдут Вам лучше всего и как их сделать самим.

Если у малыша ослаблена мускулатура рта, ему могут понадобиться специальные приспособления, чтобы научиться общаться с окружающими. Иногда малыши учатся общаться с помощью картинок с изображениями стакана с молоком, туалета, домашних животных, членов семьи. В этом случае Вы можете спрашивать его: «Ты хочешь пить?», а он может отвечать Вам, дотрагиваясь до картинки со стаканом молока или переводя на нее взгляд.

Уход за таким малышом требует больших затрат физических сил. Поэтому обязательно научите окружающих, как обращаться с малышом, это позволит Вам время от времени устраивать себе передышки. Часть этого времени Вы, быть может, захотите использовать для помощи другим родителям проблемных детей. Однако не забывайте и о себе: поспите немного или примите ванну.

23. Если у малыша заболевание щитовидной железы

Чтобы организм был бодрым и активным, он нуждается в вырабатываемом щитовидной железой гормоне *тироксине*.

Если в организме малыша этого гормона вырабатывается недостаточно, малыш будет вялым и апатичным, в целом у него будет *пониженный тонус* **(см. с. 76).**

Кроме того, у малыша может быть чрезмерно сухая кожа, он может страдать запорами, он будет с трудом учиться перекатываться на бок и сидеть.

Когда щитовидная железа вырабатывает мало тирокси-

на, это называют щитовидной *недостаточностью*.

Если щитовидная недостаточность возникла во внутриутробный период развития, ребенок будет плохо расти, медленно развиваться умственно, и физически, и в половом отношении.

Такое состояние называется *кретинизмом*.

Иногда бывает нелегко отличить щитовидную недостаточность от болезни Дауна (см. с. 192).

Если у малыша щитовидная недостаточность, тироксин поможет ему нормально расти и развиваться. Принимаемая доза тироксина будет зависеть от того, как давно возникла у малыша щитовидная недостаточность.

Это заболевание может возникнуть как в утробный период развития, так и после рождения. Оно может возникнуть как в детстве, так и во взрослом состоянии.

Если Ваш ребенок время от времени или же неожиданно становится вялым, Вам стоит рассказать врачу о своих тревогах и подозрениях.

24. Если у малыша эпилепсия и припадки

Если припадки малыша характеризуются одеревенением и подергиванием рук, ног и корпуса, то говорят, что у малыша конвульсии. В целом различают три вида припадков.

При припадках первого типа все тело одеревеневает и начинает дергаться, при этом человек падает на землю. При припадках второго типа происходит кратковременное отключение сознания человека, иногда сопровождающееся кивающими движениями головы. При припадках третьего типа одеревеневает и подергивается только одна половина тела.

Конвульсии могут наблюдаться не только при припадках. И чтобы определить, являются ли конвульсии припадками, необходима помощь специалиста.

Обычно припадки вызывают страх у большинства людей, ну *а если* припадок случился у **Вашего ребенка**, Вы будете особенно испуганы.

Вполне вероятно, что Вы будете бояться, как бы во время припадка малыш сильно не ударился.

Вы можете также бояться, что припадок вызовет нарушения в работе мозга.

Длительные припадки могут действительно приводить к нарушениям мозговой деятельности. Но и сами припадки могут быть следствием каких-то неполадок в работе мозга. Они могут быть также следствием нарушенных обменных процессов и требовать медицинского вмешательства.

Если у малыша высокая температура, у него могут появиться конвульсии, даже если каких-либо иных нарушений у него нет.

У некоторых малышей припадки могут сопровождаться как повышенной, так и нормальной температурой.

Если у Вашего малыша конвульсии (независимо от того, есть температура или нет), его должен обязательно осмотреть врач. Если припадки повторяются, то малышу требуется специальное лечение.

Поскольку врач, скорее всего, будет отсутствовать в момент припадка, то очень важно, чтобы Вы точно описали ему, что происходило с малышом и как долго это происходило.

Врач сможет определить, как лечить ребенка, при условии, что Вы правильно опишете все случившееся.

Вы должны сказать врачу, дергались ли конечности малыша с одной стороны тела или с обеих, толкало ли малыша вперед или назад.

Обязательно заметьте время, чтобы Вы смогли сообщить врачу о длительности припадка.

Обычно припадки продолжаются от нескольких секунд до одной-двух минут.

Если один припадок у малыша следует за другим и их общая продолжительность превышает пять минут, вызывайте неотложную помощь.

Более подробно о том, как вести запись припадков и что надо рассказывать о них врачу, Вы можете прочитать на с. 18.

Иногда кратковременные припадки труднее поддаются

лечению, чем длительные. Однако нередко при длительных припадках можно контролировать время их наступления, и все усилия для овладения таким контролем следует предпринять.

Очень важно показать малыша невропатологу.

Постарайтесь не терять спокойствия.

Хотя это трудно и Вы, естественно, будете волноваться, что с малышом скоро случится еще один припадок.

Такое ожидание следующего припадка может заслонить все остальные события Вашей жизни, Вы ненароком приучите малыша измерять и свою жизнь периодами от одного припадка до другого.

Но чтобы расти и учиться, Вашему малышу, как и всем другим детям, нужно делать множество самых разнообразных вещей.

Поэтому постарайтесь относиться к припадкам ребенка по-деловому. Если он устал после припадка, дайте ему отдохнуть.

Если же ребенок не устал, пусть он продолжает заниматься тем, что он делал перед припадком.

Объясните это также своим родственникам и друзьям, чтобы они не волновались за малыша и не обращались бы с ним как с больным.

Если Вы и Ваш ребенок будете относиться к каждому припадку как к решающему моменту Вашей жизни, то очень скоро Вы оба доведете себя до эмоционального истощения.

Вы сможете предотвратить припадки малыша, если будете регулярно и без пропусков давать ему назначенное врачом лекарство, всячески поддерживать его здоровье: вовремя кормить, укладывать спать, следить за тем, чтобы он достаточно двигался и бывал на свежем воздухе. Когда малыш заболеет, Вам придется принимать особые меры предосторожности. У маленьких детей температура поднимается очень быстро.

Если у малыша сильный жар (см. с. 20), постарайтесь сбить его как можно быстрее.

Разумеется, Вам будет хотеться, чтобы у малыша не было припадков, и временами Вы будете расстраиваться до слез. Однако следите за тем, чтобы не плакать, когда малыш находится рядом с Вами. Он не понимает, что припадок — это особое событие, и он может очень расстроиться, видя испуг людей, вызванный чем-то, что он сделал, а что именно, он не знает.

Приложение. Карта навыков

Область, к которой относится навык	Уровень навыка						
	1-й	2-й	3-й	4-й	5-й	6-й	7-й
	Младенец (0—6 мес)	Малыш (до 1 года)	Ребенок, начинающий ходить (до 2 лет)	Дошкольник (до 5 лет)	Младший школьник (до 12 лет)	Подросток (до 18 лет)	Взрослый (от 18 лет и старше)
	1	2	3	4	5	6	7
Движение	Сосание. Глотание. Держание головы. Перевороты туловища. Сидячая поза. Ползание	Жевание. Умение стоять. Ходьба. Умение держать и бросать предмет	Умение ловить, тянуть, и толкать предметы. Бег. Лазанье. Рисование каракуль	Езда на трехколесном велосипеде. Плавание. Прыжки. Застегивание пуговиц и молний. Рисование цветными карандашами и фломастерами	Умение рисовать и писать ручкой. Езда на двухколесном велосипеде. Катание на коньках. Работа ножницами. Прыжки через веревку. Игры в шарики и с фишками. Умение подавать и отбивать мяч. Умение подметать	Умение печатать на машинке. Умение водить машину. Умение кататься на лыжах. Рисование. Умение пользоваться бытовой техникой. Шитье	Профессиональные навыки

	1	2	3	4	5	6	7
Речь	Контакт глаз. Плач. Гуление	Лепет. Лепетные слова. Махание ручкой на прощание. Обнимание	Умение строить высказывания из одного слова. Игра в ладушки и в «ку-ку». Называние объектов. Жесты	Чтение детских стихов. Игра с пальцами. Использование слов, обозначающих знакомые предметы. Умение строить короткие фразы, задавать вопрос «почему?» и отвечать на него, сообщать о своих чувствах	Умение читать стихи, рассказывать сказки и истории. Знание алфавита. Различение букв и звуков в слове. Умение писать и читать	Умение писать сочинения, придумывать рассказы, спорить, работать с книгой	Умение пользоваться профессиональными знаниями
Общение с другими людьми	Узнавание родителей	Умение тянуться навстречу членам семьи	Умение делиться игрушками и местом для игры, играть вместе с другими детьми	Игры вместе с другими детьми, умение придумывать игры, хотеть общаться не только с членами семьи	Умение учиться в школе, дружить с одноклассниками	Дружба, дружеские отношения с представителями противоположного пола. Умение общаться в группе	Вступление в брак, умение поддерживать профессиональные отношения. Наличие друзей

	1	2	3	4	5	6	7
Самообслуживание	Умение звать плачем. Соблюдение режима сна	Умение звать гулением и лепетом. Первые навыки есть самостоятельно, плескаться в ванне	Учиться есть самостоятельно, осваивать первые туалетные навыки. Умение раздеваться. Первые навыки умывания. Умение сохранять устойчивость во время купания	Умение одеваться с помощью окружающих, есть самостоятельно, самостоятельно ходить в туалет	Умение одеваться самостоятельно, мыться самостоятельно, самостоятельно гулять во дворе, ближайших скверах и парках, убирать за собой	Умение содержать свои вещи и комнату в порядке, самостоятельно приобретать одежду. Соблюдение личной гигиены. Умение правильно питаться	Планирование. Умение заработать средства на жизнь, содержать в порядке дом, самостоятельно путешествовать

Различные недостатки развития мешают ребенку развиваться нормально. Дети с небольшими отклонениями развиваются медленнее, чем обычно, а дети с сильными нарушениями еще медленнее. Они могут, например, продолжать осваивать навыки 5-го уровня (уровень начальной школы, до 12 лет), будучи уже хронологически взрослыми. Различные нарушения могут приводить к тому, что навыки из одной области ребенку будет труднее освоить, чем навыки из другой. Может получиться, что ребенок уже освоил характерные для своего возраста навыки из одной области, но продолжает активно осваивать навыки более низкого уровня в других сферах. Однако полное овладение навыками в каждой области зависит и от овладения навыками из других областей. Овладение одним навыком строится на владении другим. Чтобы быть готовым к освоению навыков 2-го уровня, малыш должен освоить навыки 1-го уровня. Большинство детей овладевают навыками в том порядке и примерно в том возрасте, которые указаны в таблице.

Предметный указатель

Агрессивность
— при общении с детьми 148, 149
Аллергия
— вызванная определенными видами пищи 190, 191
— и диета 190, 191
— как обусловливающая заболевания глаз 37
— как обусловливающая затрудненное дыхание 26
— сыпь 25, 57
Апатичность 76
Асоциальные дети 120, 121, 148, 149
Аутичное поведение (см. также **Дети, не склонные к общению**) 120, 121

Бабушки, дедушки и другие родственники
— их помощь в воспитании ребенка, имеющего трудности в развитии 15, 125, 126, 150, 151
Бедро
— врожденный вывих 194, 195
Битье головой (см. **Навязчивые движения; Самостимуляция**)
Болезни
— аллергия 25, 26, 37, 57, 190, 191
— Дауна 191—193
— врожденные уродства 193, 194
— врожденный вывих бедра 194, 195
— гемофилия 195, 196
— гидроцефалия 196
— глаза 37, 38, 199, 200
— диабет 197, 198
— задержка психического развития 198, 199
— зубов, полости рта 201, 202
— миеломенингоцеле, менингоцеле, раздвоение дужек позвонка 203, 204
— микроцефалия 204
— мозга 205, 206
— муковисцидоз 206
— мышечная дистрофия 207, 208

— неполноценное образование костей 209
— сердца 211, 212
— сколиоз 212, 213
— уха 213
— фенилкетонурия 216, 217
— церебральный паралич 216, 217
— щитовидной железы 217
— эпилепсия и припадки 219—222
Братья и сестры
— их влияние на развитие ребенка 150, 151

Визиты
— к врачу 14, 15
— к знакомым 100
— к родным 53
Воспаление легких (см. **Пневмония**)
Врожденные дефекты
— вывих бедра 194, 195
Высокая температура (см. **Температура**)

Гемофилия 195, 196
Генетическое консультирование 151, 204, 208
Гидроцефалия (см. также **Мозг**) 196
— менингоцеле 203
— и миеломенингоцеле 203
— и церебральный паралич 216
Гиперактивность 98—101
— влияние лекарств 101
Глаза, заболевания 199
— катаракта 38
— обусловленные аллергией 37, 190
— промывание 37
— чувствительность к свету 38
Голова (см. также **Мозг**)
— при гидроцефалии 196
— при микроцефалии 204
— обучение контролю за ее движениями 104
Грипп 42

Движения
— и деятельность кишечника 24
— как доставляющие удовольствие 20, 21, 22
— навязчивые (см. также **Самостимуляция**) 20, 21, 22
— насильственные 102, 103
— некоординируемые 100
— непрерывные 98—100
— нарушения 76—82
— — при высоком мышечном тонусе 79—82
— — и купание ребенка 94
— — при низком мышечном тонусе 76—78
— — и одевание ребенка 183, 184
— обучение контролю за 104—109
Дедушки, бабушки (см. **Бабушки, дедушки и другие родственники**)
Десензитация 21, 41, 44
Десны, лекарства, вызывающие их заболевание 64
Дети, не склонные к общению
— обращение с ними 120—123

Диабет 197, 198
Диета
— при аллергии 190, 191
— при диабете 197, 198
— и деятельность кишечника 23, 24
— при миеломенингоцеле 203
— при мышечной дистрофии 207
— при повышенной активности 101
— при фенилкетонурии 216, 217
Дифтерия 42
Дыхание
— задержка 33, 152, 153
— затрудненное 26, 27
— рот в рот 33, 34

Еда (см. также **Кормление; Диета**)
— обучение навыкам 52
— реакция взрослых на ребенка, разбрасывающего пищу 52, 59
— ходить ли в гости с ребенком, не умеющим есть аккуратно? 53
Жевание
— обучение прожевыванию пищи 97
Жесты и действия как замещающие речь 140, 141, 162, 169, 215

Заболевания (см. **Болезни**)
Задержка дыхания 152
Задержка психического развития 198, 199
Зависимость ребенка от матери 124, 126, 127
Замкнутый ребенок 120
Затруднения
— при глотании 44, 45
— в обращении с ложкой 52
— при обучении навыкам пользования горшком 175—182
— с одеванием 183—185
— в освоении речи 156, 157
— с сидением во время еды 50
— со сном 66, 67, 71, 72
— при сосании 44—46
— с умыванием 171

Звуки
— научение им через подражание 164
— трудности в овладении звуками человеческой речи 159, 160, 165
Зрение
— купание слабовидящего ребенка 173
— нарушения 37, 38
— и чувствительность к свету 38
Зубы
— дефекты 201, 202
— формирование 209

Игра 138, 139, 140
— и активность 139
— при болезни сердца 211
— при гемофилии 195
— вне дома 143
— с другими детьми 143, 144
— с мячом 149
— и навыки поведения 145, 146
— при нарушении зре-

ния 199
— при неполноценном образовании костей 209
— и обучение 137, 144
Игрушки
— выбор 133, 134
— которыми предпочитают играть дети 137
Инсулин 202
Инфекционные заболевания
— глаз 37
— легких 31
— признаки
— — высокая температура 31
— — затрудненное дыхание 31
— уха 39, 40, 213
Искривление позвоночника (см. **Сколиоз**)
Испражнения (см. **Мочеиспускание; Стул**)

Катаракта 38
Кашель
— задержка дыхания, вызванная 31
Кожа
— и аллергия 190
— и купание 173
Коклюш 42
Конвульсии (см. также **Потеря сознания; Припадки**) 18, 19, 219—222
Кормление
— из бутылочки 48, 49
— при гиперактивности 100, 101
— грудью 45, 46
— при заячьей губе 208
— место, где оно происходит 43, 50
— при незаращенном нёбе 208—209
— новая пища, как проследить за реакцией организма ребенка на нее 57—59
— и поза ребенка 48
— и прослушивание музыки 43
— и режим сна 46, 69
— способы 50, 51
— удаление посторонних предметов изо рта 60
— и языковое выталкивание 47
Корь 42
Краснуха 42
Кретинизм 218
Крик
— как привлечение внимания 152
— реакция взрослых на него 152
— и сердечная недостаточность 33
Кровать (см. также **Уход, должен ли больной ребенок спать в кровати с родителями; Сон**) 68, 70, 154, 155
— в которой спит ребенок 71
Кровотечение
— при гемофилии 195
— из носа 26
Купание 171
— ребенка с нарушенным мышечным тонусом 94, 171
— участие отца 172
— при церебральном параличе 217

Легкие

— болезни 31
Лекарства
— побочные эффекты 30, 64, 65

Менингоцеле 203, 204
Миеломенингоцеле 203, 204
— и гидроцефалия 196
Микроцефалия (см. **Мозг**)
Мозг
— гидроцефалия 196
— микроцефалия 204
— повреждения 205, 206
— пороки развития 193, 194
Монголоизм (см. **Болезни**; болезнь Дауна)
Мочеиспускание
— затрудненное 176, 177, 203
— обучение туалетным навыкам 175, 176
Музыка
— при кормлении ребенка 43
Муковисцидоз 206
Мышцы
— высокий тонус 79—82
— изменение тонуса 90, 91,93—96
— низкий тонус 76—78

Навыки
— обучение им 119, 121, 123, 144, 175, 176
Недостаточность
— сердечная 211, 212
— щитовидной железы 218
Необычное использование вещей 186, 187
Ноги
— недоразвитие 194
— обучение контролю за их движениями 104
Нос
— кровотечение из него 26, 29
— раздражение (см. также **Самостимуляция**) 29

Обезвоживание организма 63
Обучение
— в игре 139, 140, 144
— навыкам туалета 175—182
— и общение с другими людьми 32, 33
— произвольным движениям 9, 92, 104
— умению пользоваться вещами 52, 142
Общение
— с детьми 148, 149
— — трудности 148, 149
— обучение ему 121, 134
— с помощью жестов 122, 165
Одевание
— при болезни Дауна 191
— обучение ему 145, 146, 185
— трудности 183—185
— при церебральном параличе 216
Одежда
— при обучении туалетным навыкам 177, 178
— при резко меняющемся мышечном тонусе 184
Опасные ситуации, что делать в этом случае взрос-

лым 128—131
Оспа, натуральная 42
Отец, его участие
— в кормлении ребенка 56
— в купании ребенка 172

Питье
— обучение ему 48, 49
Пищеварение 23, 24, 25
— влияние эмоций 25
— расстройства 23—25
— физические упражнения для его улучшения 24, 25
Плечи, обучение контролю за их движениями 104—106
Пневмония 31
Поведение
— агрессивное при общении с другими детьми 148, 149
— как отучить ребенка от навязчивых движений (см. также **Самостимуляция**) 21, 22
Подражание
— при игре 134
— при обучении движениям 139, 140
— при обучении речи 164
Позвоночник, его заболевания
— искривление 113, 114, 212, 213
— менингоцеле 203, 204
— миеломенингоцеле 203, 204
Позы при обучении движениям
— лежа на боку 83—85
— сидя на боку 85, 86
Половые органы (см. также **Самостимуляция**) 21
Полиомиелит 42
Посещение магазинов с ребенком, имеющим трудности в развитии 93, 94
Посещение врача (см. **Визиты к врачу**)
Потеря сознания (см. также **Конвульсии; Припадки**) 18, 19, 219—222
Прививка против
— гриппа 42
— дифтерии 42
— коклюша 42
— кори 42
— краснухи 42
— оспы натуральной 42
— полиомиелита 42
— свинки 42
— столбняка 42
— туберкулеза 42
Припадки (см. также **Конвульсии; Потеря сознания**) 18, 19, 233—235

Рвота 19, 62
Режим
— сна 69, 72, 75
Рефлексы
— неконтролируемые движения 92, 103
— — подавление 92, 103
Речь
— при ослабленном зрении 156
— при ослабленном слухе 156
— и подражание 164
— понимание 158, 160
— роль повторения при ее обучении 159, 166

— трудности в освоении 156, 165, 226
Рот
— заячья губа 201
— незаращенное нёбо 201—202
— потеря чувствительности 21
— слюноотделение 41, 42, 61, 62, 97
Руки
— недоразвитие 111, 193
— обучение контролю за их движениями 104

Самостимуляция (см. также **Поведение**, как отучить ребенка от навязчивых движений) 20—22
Сахар (см. также **Диета**)
— и гиперактивность 101
— и сахарный диабет 197, 198
Свинка 42
Семья
— влияние на ребенка 125, 126, 150, 151
— совместная еда как способ приобщения к жизни семьи ребенка с трудностями развития 51

Сензитивность, повышенная 116
Сердечная недостаточность 221, 222
Сколиоз 114, 212—213
Слух (см. также **Уши**, их заболевания)
— купание и уход при болезни ушей 39, 40
— и речь 40, 160
Сон
— вне дома 71, 72
— и зависимость ребенка от матери 127
— в машине 72
— обучение ему 66
— режим 69, 72, 75
— в родительской кровати 68, 70, 154, 155
Сосание (см. также **Кормление**)
— затруднения 44, 45
— при заячьей губе 201
— при незаращенном нёбе 201
— как самостимуляция 21
Социальные проблемы
— асоциальный ребенок 120, 121, 148, 149
— взаимоотношения с другими детьми 148, 149
— нахождения с ребенком с трудностями развития вне дома 53
Столбняк 42
Стул (деятельность кишечника)
— регулярный 61, 176
— и режим кормления 25
— трудности 23, 24
— физические упражнения, способствующие нормальному стулу 24, 61
Сыпь
— при аллергии 25, 57
— вызванная лекарствами 64, 65
— вызванная определенными продуктами 25, 57

Температура
— высокая 19, 29, 30, 233
— — ее последствия (нарушения сна, дыхания, конвульсии и т. д.) 19, 220
Тироксин 219
Туберкулез 42

Удушье 26
Улыбка
— ее отсутствие как признак нарушения зрения или слуха 34, 35
Умственная отсталость
— и болезнь Дауна 191—193
— и гидроцефалия 196
— и микроцефалия 204
— и фенилкетонурия 216, 217
Упражнения, физические при трудностях в освоении движений (см. также **Движения**) 107, 108
Уродства, врожденные 193—195
Утомление
— при болезни сердца 32
— при нарушениях в обмене веществ 35
— и нарушения движений 32
— и неспособность учиться 35, 36
Уход
— должен ли больной ребенок спать в кровати с родителями? 68, 70, 154, 155
— должны ли родители подчиняться диктату больного ребенка? 54
— могут ли посторонние люди ухаживать за Вашим больным ребенком? 13, 30
Уши, заболевания 39, 40

Фенилкетонурия 228, 229
Формирование
— зубов 201
— костей 209

Центральная нервная система 22, 100, 102
Церебральный паралич
— и гидроцефалия 196
— кормление 217

Щитовидная железа
— и кретинизм 218
— недостаточность 219

Чувствительность, повышенная (см. также **Сенситивность,** повышенная 116
— к прикосновению 117
— к солнечному свету 38

Эпилепсия 219—222

Содержание

Предисловие редактора русского перевода 5
Предисловие Дж. А. Мадсена 8
Введение 11
Как пользоваться этой книгой 17

I. ВЫ ОБЕСПОКОЕНЫ ВЕЩАМИ, КОТОРЫЕ МОГУТ ПОДОРВАТЬ ЗДОРОВЬЕ ВАШЕГО МАЛЫША 18

1. Некоторые дети на короткое время теряют сознание, иногда это называется конвульсией или припадком —
2. Некоторые дети начинают беспричинно трястись, бьются головой или кусают самих себя, иногда эти навязчивые движения обозначаются как самостимуляция 20
3. Некоторые дети испытывают трудности с пищеварением и стулом 23
4. У малыша иногда возникает приступ удушья 26
5. Некоторые малыши кажутся болезненными детьми 28
6. Некоторые малыши легко утомляются 32
7. Некоторые малыши страдают от заболеваний глаз 37
8. Некоторые малыши страдают от заболеваний ушей 39
9. Какие еще связанные со здоровьем ребенка вопросы могут Вас волновать 41

II. ЕСЛИ ВАС БЕСПОКОИТ, ЧТО И КАК ВАШ РЕБЕНОК ЕСТ 43

1. У некоторых малышей сосание и глотание вызывают затруднения 44
2. Некоторым детям трудно сидеть во время еды 50
3. Некоторые малыши испытывают трудности в обращении с ложкой 52

4. Некоторые малыши плохо едят, если их кормит не мать, а кто-то другой 55
5. Некоторые дети не усваивают определенные виды пищи 57
6. Обезвоживание 63
7. Если Ваш ребенок должен принимать лекарство 64

III. ВАС МОГУТ БЕСПОКОИТЬ НЕКОТОРЫЕ ОСОБЕННОСТИ СНА МАЛЫША 66

1. Если малыш плохо засыпает, родители иногда берут его в свою постель 68
2. Некоторым малышам очень трудно наладить режим сна 69
3. Некоторые малыши с трудом засыпают 71
4. Некоторые родители начинают волноваться, когда их малыш спит или слишком часто, или чересчур долго 73

IV. ВАС МОГУТ БЕСПОКОИТЬ ОСОБЕННОСТИ РАЗВИТИЯ МАЛЫША, СВЯЗАННЫЕ С ЕГО УМЕНИЕМ УПРАВЛЯТЬ СВОИМ ТЕЛОМ 76

1. Некоторые малыши апатичны и мало двигаются —
2. У некоторых малышей мышцы настолько напряжены, что конечности ребенка не могут сгибаться в суставах 79
3. У некоторых малышей мышцы то чересчур расслабляются, то перенапрягаются 90
4. Когда Вашему ребенку трудно обслуживать себя, Вы, естественно, стремитесь все делать за него сами 92
5. Некоторые малыши беспрестанно двигаются 98
6. Некоторые малыши плохо управляют своим телом 102
7. Иногда руки и ноги малыша плохо двигаются 110
8. Некоторые малыши не любят, чтобы их брали на руки или дотрагивались до них 116

V. ВАС МОГУТ ТРЕВОЖИТЬ ПРОБЛЕМЫ ОБЩЕНИЯ ВАШЕГО РЕБЕНКА С ДРУГИМИ ЛЮДЬМИ 120

1. Некоторые малыши не любят, когда им приходится контактировать с посторонними людьми —
2. Некоторые малыши чувствуют себя неуютно, когда рядом с ними нет мамы 124

3. Малыши с недостатками развития, так же как и любые другие дети, попадают в разные опасные ситуации 128
4. Некоторые малыши с недостатками развития производят впечатление детей, не любящих играть с игрушками 133
5. Некоторые малыши не умеют общаться с другими детьми 148
6. Иногда малыши с недостатками развития стремятся командовать родителями 152

VI. ДЕТИ С НЕДОСТАТКАМИ В РАЗВИТИИ ИСПЫТЫВАЮТ ЗНАЧИТЕЛЬНЫЕ ТРУДНОСТИ ПРИ ОВЛАДЕНИИ РЕЧЬЮ 156

1. Трудности в освоении речи у ребенка с недостатками развития могут быть вызваны следующими причинами —
2. Малыши учатся произносить звуки, когда видят и слышат, как это делают окружающие 164
3. Некоторые малыши с недостатками развития не в состоянии научиться произносить звуки и слова 165
4. Ваш малыш может не отвечать ни улыбкой, ни радостным лепетом, когда к нему обращаются незнакомые люди 170

VII. ЗА НЕКОТОРЫМИ МАЛЫШАМИ ОЧЕНЬ ТРУДНО УХАЖИВАТЬ 171

1. Некоторых малышей трудно умывать и купать —
2. Некоторые малыши с трудом приучаются ходить на горшок 175
3. Некоторых малышей очень трудно одевать 183
4. Некоторые малыши пользуются вещами не так, как это делают другие дети 186

VIII. ЗАБОЛЕВАНИЯ 189

1. Если у Вашего малыша аллергия 190
2. Если у малыша болезнь Дауна 191
3. Если у малыша врожденные уродства 193
4. Если у малыша врожденный вывих бедра 194
5. Если малыш страдает гемофилией 195
6. Если у малыша гидроцефалия 196
7. Если у Вашего малыша диабет 197
8. Если у малыша задержка психического развития 198
9. Если у Вашего малыша нарушено зрение 199

10. Если у малыша не в порядке зубы и полость рта 201
11. Если у Вашего малыша миеломенингоцеле, менингоцеле или раздвоение дужек позвонка (spina bifida) 203
12. Если у Вашего малыша микроцефалия 204
13. Если у Вашего малыша поврежден мозг 205
14. Если у Вашего малыша муковисцидоз 206
15. Если у Вашего малыша мышечная дистрофия 207
16. Если у Вашего малыша osteogenesis imperfecta, или неполноценное формирование костей 209
17. Если у Вашего малыша бывают приступы общего мышечного напряжения 210
18. Если у малыша заболевание сердца 211
19. Если у Вашего малыша сколиоз 212
20. Если у Вашего малыша нарушен слух 213
21. Если у Вашего малыша фенилкетонурия или какие-либо другие нарушения обмена веществ 216
22. Если у Вашего малыша церебральный паралич 217
23. Если у малыша заболевание щитовидной железы 218
24. Если у малыша эпилепсия и припадки 219
Приложение. Карта навыков 223
Предметный указатель 226

Научно-популярное издание

Кэрол Тингей-Михаэлис

ДЕТИ С НЕДОСТАТКАМИ РАЗВИТИЯ:
Книга в помощь родителям

Перевод с английского Е. Ю. Патяевой

Зав. редакцией *А. В. Черепанина*

Редактор *А. М. Федина*

Художник *В. Е. Карпов*

Художественный редактор *Е. В. Гаврилин*

Технический редактор *Т. Г. Иванова*

Корректор *В. Н. Рейбекель*

ИБ № 1066

Сдано в набор 24.03.88. Подписано в печать 10.10.88. Формат $84 \times 108^1/_{32}$. Бумага офс. № 1. Печать офсетная. Гарнитура тип. таймс. Усл. печ. л. 12,60. Уч.-изд. л. 10,65. Усл. кр.-отт. 25,62. Тираж 100 000 экз. Зак. № 2049. Цена 65 коп.

Издательство «Педагогика» Академии педагогических наук СССР и Государственного комитета СССР по делам издательств, полиграфии и книжной торговли
107847, Москва, Лефортовский пер., 8

Ордена Трудового Красного Знамени Калининский полиграфический комбинат Союзполиграфпрома при Государственном комитете СССР по делам издательств, полиграфии и книжной торговли
г. Калинин, пр. Ленина, 5.

**По проблемам
развития ребенка
советуем Вам познакомиться
со следующими книгами,
вышедшими в издательстве
«Педагогика»:**

1. *Лич П.* МЛАДЕНЕЦ И РЕБЕНОК: От рождения до 5 лет: Пер. с англ. — 1985.

2. *Первый год жизни вашего ребенка:* Сб. / Сост. Л. Ф. Островская. — 2-е изд., доп. 1983 (1-е изд. вышло в 1977 г.).

3. *Уайт Б.* ПЕРВЫЕ ТРИ ГОДА ЖИЗНИ: Пер. с англ. — 1982.

В 1990 г.
в издательстве «Педагогика»
выходит книга:

С. Д. Забрамная. ВАШ РЕБЕНОК УЧИТСЯ ВО ВСПОМОГАТЕЛЬНОЙ ШКОЛЕ: Рабочая книга родителей.

Эта небольшая по объему книга (5 а. л.) поможет родителям так организовать свои занятия с детьми, чтобы у тех совершенствовалась память, улучшалось восприятие, развивались мышление, речь, воображение, внимание. Авторы подобрали и систематизировали соответствующие задания игрового типа, которые можно использовать при работе с детьми.

5000 р.

65 коп.

ДЕТИ С НЕДОСТАТКАМИ РАЗВИТИЯ

ИЗ ПРЕДИСЛОВИЯ К РУССКОМУ ИЗДАНИЮ

Книга достойно служит своему назначению и в этом качестве вполне может быть рекомендована широкому читателю. Ее с пользой прочтут не только родители детей с недостатками развития, но и многие другие. Благодаря этой книге они лучше поймут проблемы своих знакомых и друзей, растящих таких детей, а следовательно, и смогут более правильно строить свои отношения с ними. Родители же детей с недостатками развития увидят, что они не одиноки в своих трудностях и, быть может, увидят также, что их проблемы еще не самые сложные из всех существующих.

ИЗ ПРЕДИСЛОВИЯ К АМЕРИКАНСКОМУ ИЗДАНИЮ

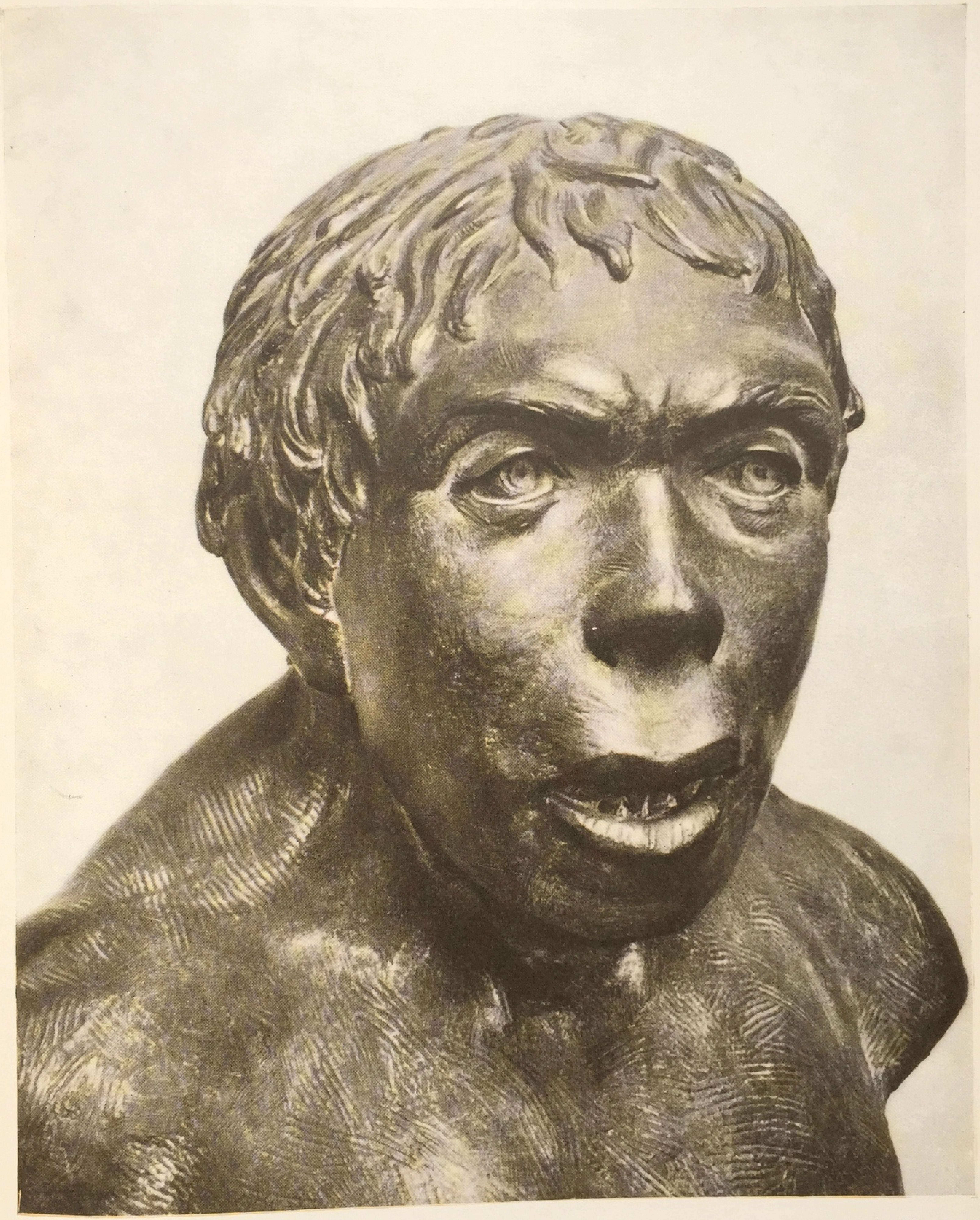
Я уверен, что все, кто будет пользоваться этой книгой, — родители, работники здравоохранения и патронажной службы, воспитатели и психологи, работающие с детьми с нарушениями развития, — очень скоро убедятся в ее ценности и значимости для решения повседневных проблем и в профессиональной деятельности. Они, как и я, начнут читать и будут впитывать идеи этой книги почти автоматически и не замедлят посоветовать познакомиться с ней обращающимся к ним за помощью людям.

Тингей-Михаэлис К.

Неандертальский ребёнок

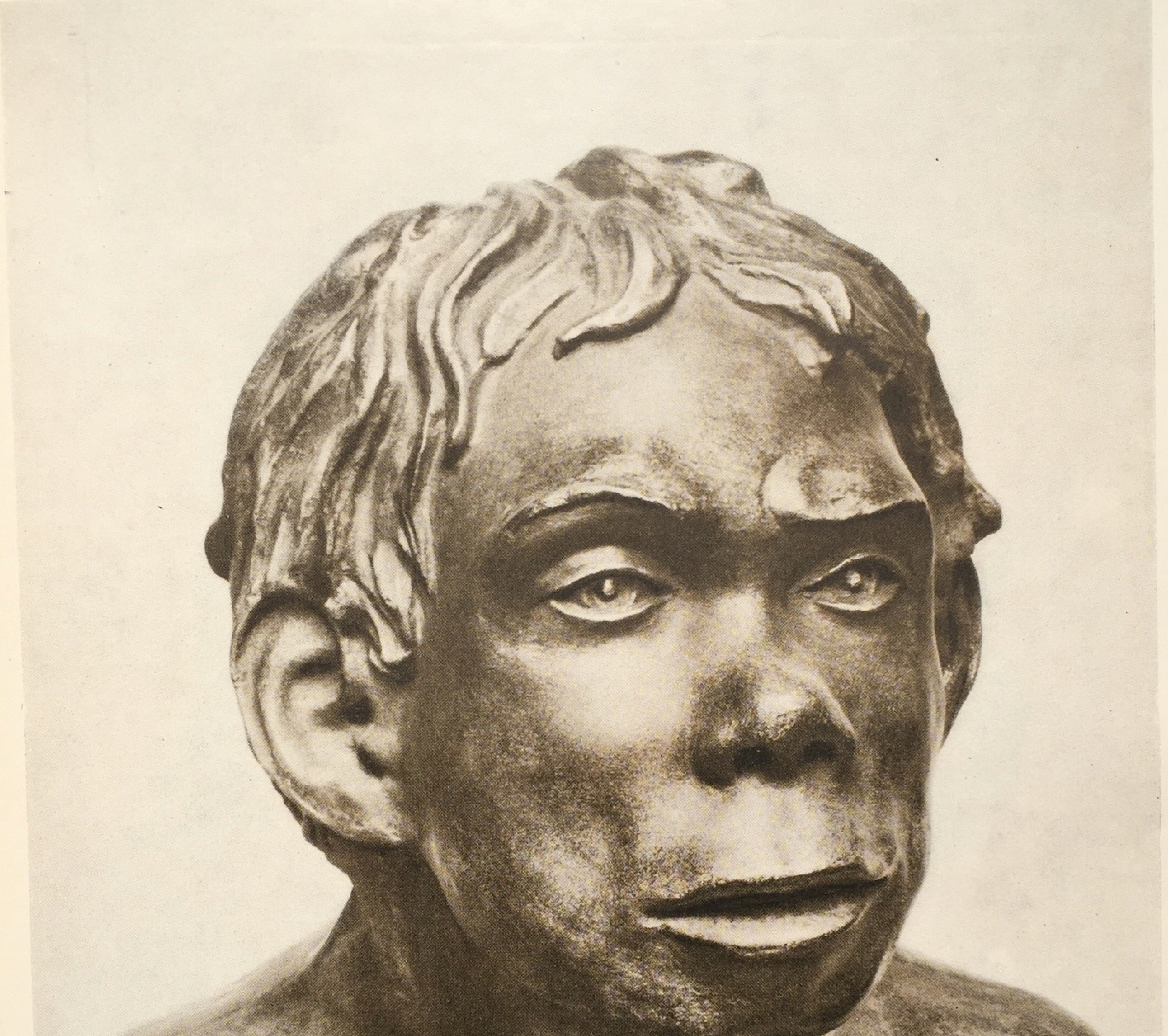
В Узбекистане в 1938-39 годах археологом А.Окладниковым была открыта стоянка мустьерской культуры и обнаружены останки скелета (череп и некоторые кости) мальчика-неандертальца (по последним данным – девочки) 8—9 лет. Череп из пещеры Тешик-Таш характеризуется большой вместимостью (1490 см3), надглазничным валиком, выступающим носом. В культурных слоях (до 1,5 м толщины) найдены кости горного козла, дикой лошади, медведя, оленя и других животных, а также многочисленные каменные изделия (дисковидные нуклеусы, скрёбла и другие). Основным источником существования обитателей пещеры, была охота.

Реконструкция облика мальчика из пещеры Тешик-Таш



Юноша неандерталец из ЛеМустье

Таблица IV (к стр. 57)

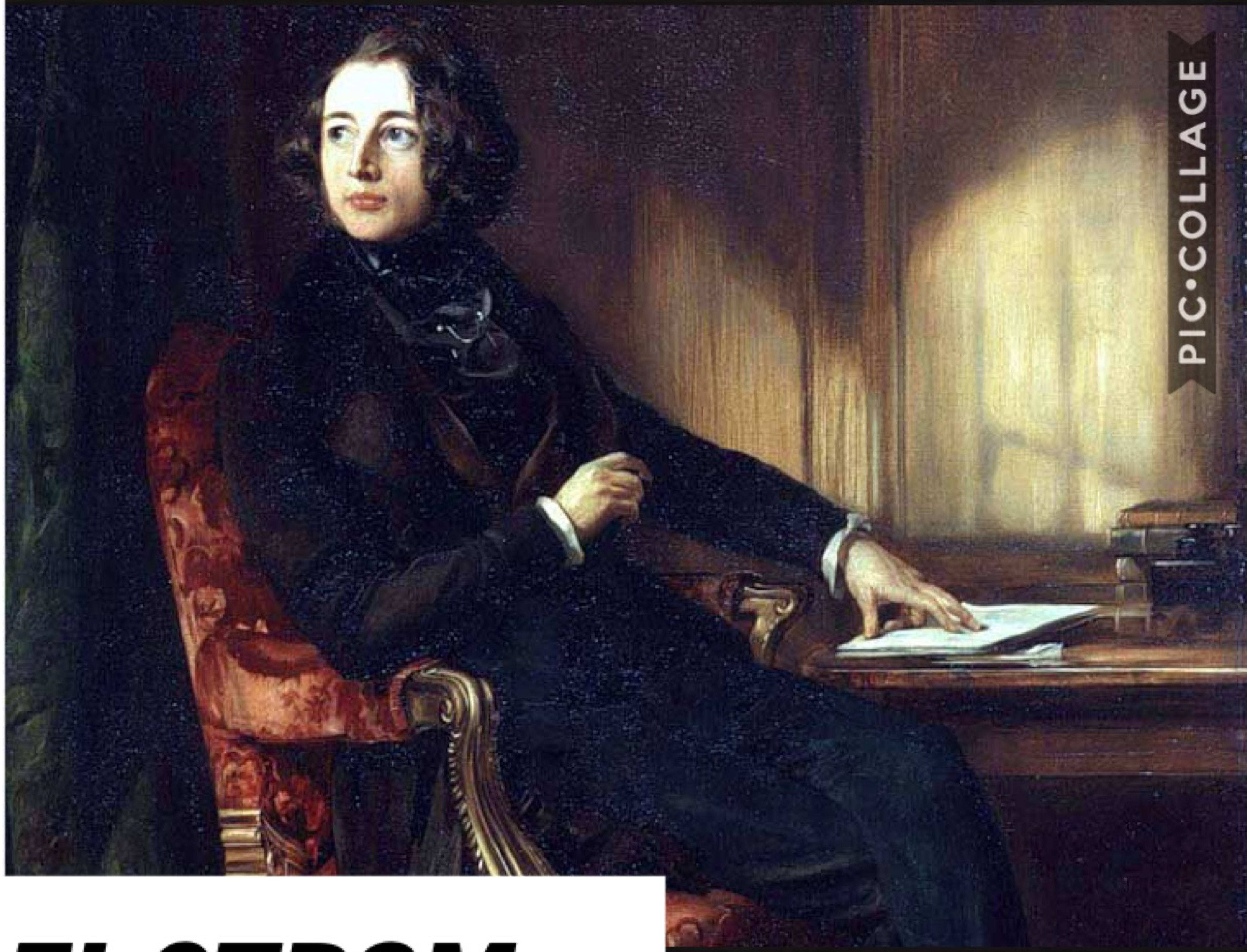


Мальчик неандерталец из Тешик-Таша

Таблица VII *(к стр. 82)*

Куклы с синдромом Дауна стали лучшими игрушками 2020 года
В этом году 24 бренда презентовали 81 игрушку для участия в конкурсе
Кирилл Сосков Metro Москва, 11 ноября 2020
81 игрушка претендовала на звание лучшей в 2020 году.
Продвижение разнообразия
Куклы – представители разных рас с синдромом Дауна испанского бренда
ёдоров
нает тайну
ревала
тлова
ТОП-5 НЕДЕЛИ
Weekend
САМЫЕ ГЛАВНЫЕ УДОВОЛЬСТВИЯ ВЫХОДНЫХ
metro
Первая роль
Дочка Учителя сыграла сына Цоя
В прокат вышла картина «Цой». Режиссёр Алексей Учитель рассказал Metro, как подбирал актёров на роли, каким запомнил Виктора Цоя и что думает про желание родственников музыканта запретить фильм
etro Weekend Читай и обсуждай на сайте metronews.ru
неандерталец в музее.
PIC•COLLAGE

ВСЕГДА не верьте тому что кажется, верьте ТОЛЬКО доказательствам.



PIC•COLLAGE

Чарльз Диккенс. «Большие надежды» 1861 г.